

ВЕСТА[®] *me*

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ИЗДАНИЕ ДЛЯ ЖЕНЩИН



16+

Февраль

№ 2 (237) 2015

Ежемесячное издание для женщин

Учредители:

группа физических лиц

Издатель:

ООО Издательство «Веста-М»

Издание зарегистрировано
в Комитете Российской Федерации
по печати.

Рег. № 014813

**Главный редактор
Марина КОСТЫНА**

Адрес редакции:

г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32

Для почты:

394000, Воронеж, а/я 537

Телефон редакции:

(473) 251-22-13

Факс: (473) 251-22-13

E-mail: info@vesta-m.vn.ru

Наш сайт: vesta-m.info

Присланные по почте рукописи не
рецензируются и не возвращаются.

Редакция в переписку с читателями не
вступает.

Мнение авторов не всегда совпадает с
мнением редакции.

Ответственность за содержание и
достоверность сведений в рекламе и
объявлениях несет их податель.

Перепечатка материалов, помещенных в
«Весте-М», без письменного разрешения
редакции не допускается.

Директор

по распространению

Галина СТАРОДУБЦЕВА

Телефон (473) 235-59-75

Номер подписан в печать:
10 января 2015 г. в 11:00

Общий тираж 535685 экз..

По всем вопросам, связанным
с доставкой газеты, обращаться в
местные узлы связи
и управления.

Цена свободная.

Подписной индекс

в каталоге «Почта России» —

60672,

в каталоге «Пресса России» —

51182.

Подписку можно оформить

на сайте: **VIPISHI.RU**

Отпечатано с готового
оригинал-макета заказчика
в ОАО «ИПФ Воронеж»
тиражом 305700 экз.

г. Воронеж, проспект Революции, 39

Заказ № 1562.

По всем случаям полиграфического
брака обращаться в типографию.

Тел. цеха экспедиции:

(473) 266-38-90

На первой странице — Аксиния
г. Клины

КОСМЕТИКА

- Кожу маслом не испортишь.
- Как увеличить верхнюю губу.
- Черный или коричневый?
- Помада вместо крема.
- Как скрыть морщинки.
- Макияж «чистое лицо».
- Идеальный макияж своими руками.

САЛОН КРАСОТЫ

- Очень «сердечная» прическа.
- Винаваты гормоны.
- Трессы помогут измениться.
- Пойдет ли вам короткая стрижка?
- Для здоровья ваших волос.

УХОД ЗА ТЕЛОМ

- К стройной фигуре вместе с подругой.
- Любимый нелюбимый аромат.
- Маска для спины и... лица.
- Природный антидепрессант.
- Хочу стать или хотя бы казаться выше.

ЗДОРОВЬЕ

Отвечаем на ваши вопросы: народные средства
для профилактики гриппа, борьбы с лишним
холестерином, при лечении уха, запора, желтухи и
ожогов.

- Зеленая аптека: эвкалипт шаровидный.
- «Скажите, доктор...» — на вопросы читателей
отвечают врачи: гинеколог, педиатр,
дерматовенеролог.

ЕСЛИ ХОТИТЕ

- Почувствуйте себя феей!

У ЮРИСТА

- Юрист отвечает на письма читателей.

ЧАСТНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

- Психолог отвечает на письма читателей.

СВОИМИ РУКАМИ

- Бежевое пальто и голубой кардиган, связанные
на спицах.
- Графичная классика.
- Нестандартная стеклотара.
- Привет из мужского гардероба.
- Эксклюзивная вещь.
- Съедобная мозаика.
- Открытка к празднику.
- Браслет в стиле барокко.
- Туфли для роковой красавицы.

НОВОСТИ МОДЫ

- Тенденции весенне-летнего сезона 2015.
- Обувь: весна-лето 2015.

ВАШ СТИЛЬ

- Модно: бахрома.

К ВАШЕМУ СТОЛУ

- Широкая Масленица.
- Еда для любимого.

ХОЗЯЮШКЕ

- Без химии.
- Цитрусовые цветы.
- Съедобные «валентинки».
- Как я полюбила нубук.
- Блины на всю Масленицу.

ИНТЕРЬЕР

- Вот так ящик!

МОЛОДОЙ МАМЕ

- Подарок папе.

ПОЗНАЙ СЕБЯ

- Гороскоп с 15 февраля по 15 марта.
- Посевной календарь на первое полугодие 2015
года.
- Тест. Выбор СВОЕГО мужчины.

МУЖЧИНА ВАШЕЙ ЖИЗНИ

- Женские штучки.
- Будьте взаимно... любимы.

ЖЕНЩИНЫ-МУЗЫ

- Любовное шоу Бернарда Шоу.

АХ, ЭТИ ЗВЕЗДЫ!

- Погоны! Есть погоны!
- Лав стори знаменитостей.

ЭТИКЕТ

- Неудачный романтический ужин: чего не стоит
делать

БРАТЬЯ НАШИ МЕНЬШИЕ

- Как содержать песчанку.
- Домашний питомец для аллергика.

ПРОСТО ПОЧИТАТЬ

- Алексей Котов. Уникальный муж.

НА ДОСУГЕ

- Сканворд. • Анекдоты.

Читайте в следующем номере:

- Левая рука — друг младенца. • На 150 слов болливее!..
- Каждому веку — свои локоны.
- Вы не в браке? Извольте на «разные полки».
- Косметический календарь на 2015 год.
- Подарок вашей мечты. • Берите пример с мужчин.
- Развод = жениться + бросить курить.
- Флотинг вас выручит. • И многое другое.



ДЕНЬ ВЛЮБЛЕННЫХ... И НЕ ТОЛЬКО

Уже с утра 14 февраля все средства самой массовой информации на разные лады жужжат одно и то же: «День святого Валентина», «День всех влюбленных», «валентинки», «подушечки», «сердечки», «сладости»... Действительно, на этот день приходится один из самых романтических праздников, наполненный признаниями в любви и подарками-валентинками возлюбленным. Праздник настолько популярен — можно сказать: моден, — что даже «железная леди» Мадлен Олбрайт в бытность свою госсекретарем США на заседании Совета Безопасности ООН в этот день вручала каждому по красивому мешочку со сладостями, а свирепые перуанские террористы торжественно поклялись на «калашникове» китайского производства в День святого Валентина пропускать к своим заложникам посредников с шоколадками и подушками-сердечками!..

Но, как говорится, не единым Днем святого Валентина в этот день жив человек.

Если вы, допустим, историк, для вас 14 февраля — это 45-й день года в григорианском календаре. А еще: день, когда в 1918 году Советская Россия перешла на этот самый григорианский календарь...

А филолог романского направления будет утверждать, что главное событие этого дня, отмеченное в европейских хрониках еще под 842 годом — официально зафиксированное рождение французского языка, когда внуки императора Карла Великого Людовик Немецкий и Карл Лысый впервые приносили клятвы именно на нем.

А взять, например, немца: ему не нужно быть специалистом в какой-либо области, достаточно просто с истинно немецкой педантичностью заглянуть в свой немецкий календарь. И выяснится, что 14 февраля в Германии официально проводится День психически больных. На первый взгляд, довольно неудачное совпадение с Днем влюбленных. Хотя как посмотреть...

Человек, обожающий советско-российскую эстраду, непременно заметит, что именно в этот февральский день родились наши прекрасные исполнительницы: Анна Герман и Юлия Савичева. А тот, кто предпочитает русскую классику, добавит: и композитор Александр Сергеевич Даргомыжский!..

Какому-нибудь пессимисту — их среди нас не так уж и мало — предпочтительнее покажутся связанные с 14 февраля события другого порядка. Именно этот февральский день избрала клонированная овечка Долли, чтобы на седьмом году жизни скорострительно ее закончить. А в 1779 году именно в этот день — да-да! — аборигены съели Кука. Как пел Высоцкий, «за что — неясно: молчит наука!»

Знарок русской старины скажет, что на 14 февраля приходится день святого Трифона, который и чудесами славен, и о соединении любящих сердец заботится, и за лад в семье отвечает. А еще для сельских жителей первый помощник: на Трифона крестьяне мышей заклинали-заговаривали, чтобы не испортили за зиму ни зерно, ни сено-солому — в этот день заговоры самую большую силу имели!..

В общем-то, День всех влюбленных «сделали» модным, потому что коммерсантам выгодно: к празднику влюбленные и мечтающие о любви сметают с прилавков всё, что можно обозвать «валентинками». А, ведь, по-настоящему, День влюбленных для влюбленных и мечтателей — каждый день! И — это относится прежде всего к мужчинам — подарки надо делать чаще...

МАСЛЕНИЦЕ ВСЕ НАЦИИ ПОКОРНЫ!..

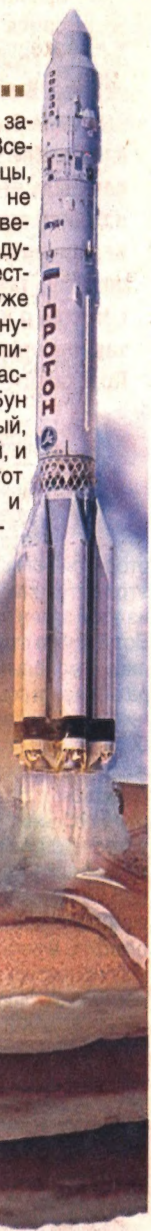
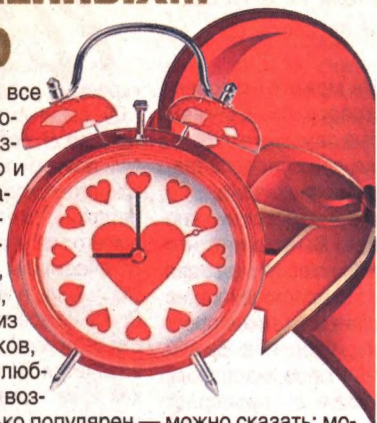
С началом эры космонавтики человечество забеспокоил вопрос: «Не одиноки ли мы во Вселенной?». Сегодня, в преддверии Масленицы, нас заинтересовал другой вопрос: «А уж не одиноки ли мы со своей Масленицей»? Проведя обширные исследования, мы всё выяснили, и на душе полегчало: нет, не одиноки — практически весь честной мир, даже в Америках и Австралии, не говоря уже об измученной санкциями Европе, Масленицу празднует. И так же, как у нас, в других странах это самый длительный и веселый праздник. Правда, называют Масленицу по-другому: для армян, например, это Бун Барекендан, для англоязычных народов — Покаянный, или Блинный, день, а для тех, кто знает французский, и вообще — Марди Гра! Что надо отметить: везде этот праздник превращается в общенародное веселье и «обжираловку», ярмарки и карнавалы. Кстати, в некоторых странах Масленица так и называется: «Карнавал».

И, конечно же, веселятся все нации по-разному. Если на Руси, согласно поговорке, важно «На горках покататься, в блинах повалиться...», то в Англии, например, «важнейшим из искусств» на празднике является «забег с блинами». На старт выходят одинаково одетые в косынку и фартук совершеннолетние женщины и мужчины, у каж-

дого в руке — горячая сковорода и недопеченный блин. Специальный звонарь ударяет в «блинный колокол», забег начинается. Во время бега каждый «блинщик» должен подбросить блин на сковороде и поймать его не менее трех раз! А победителем станет тот, кто блин свой — как говорится, с пылу с жару — первым вручит звонарю.

...А в это время хитрые незамужние полячки пытаются усыпить бдительность холостых поляков пончиками, оладьями, водкой и хрустящим хворостом, чтобы затем... отскатать разомлевшего мужичка за волосы! На десерт!

...Возможно, Дон Кихот сражался с мельницами потому, что на дворе стояла Масленица? Ведь для испанцев это — праздник свободы, когда можно нарушать все правила — кроме техники безопасности и дорожного движения. Выбор все равно остается довольно большим: жители Испании могут безнаказанно беззлбно подшучивать над старшими, добродушно посмеиваться над маленькими и... красть вещи у соседей!.. Во как!..



Мне нравится один парень, но он встречается с моей подругой уже полтора года. Мы с ней неразлучны с детства. В последнее время я стала замечать, что тоже нравлюсь этому парню. Мне так хочется быть с ним, но я понимаю, что если мы с ним объяснимся и начнем встречаться, с подругой нам не помириться уже никогда. Я не хочу потерять такую дружбу, но и расстаться с мечтой о молодом человеке, который так мне нравится, я тоже не могу. Подскажите, что мне делать.

Уводить мужчин у близких подруг — последнее дело. Таких женщин никто не любит, никто им не доверяет, у них нет подруг. Пусть этот опыт в Вашей жизни не повторится больше никогда. А Вы извлеките из этой ситуации урок, так как, в любом случае, из этой затеи ничего хорошего не получится. Вот Вы уже страдаете, хотя еще не объяснились с молодым человеком, а что будет, когда объяснитесь и все об этом узнают? Мальчиков, в которых Вы будете влюбляться, будет еще много, а такая подруга у Вас в жизни только одна. Если хотите поскорее избавиться от разрушающей Вашу душу и дружбу влюбленности, старайтесь при каждой встрече с этим мальчиком видеть не самые лучшие его черты. Это нетрудно, особенно если чаще вспоминать, что, встречаясь с Вашей подругой, он одновременно умудрился влюбить в себя Вас, дав Вам понять, что Вы ему нравитесь. Так порядочные мужчины не поступают.

Я замужем уже больше восьми лет. У нас двое детей. С мужем у нас всегда были доверительные отношения, мы с ним можем говорить обо всем: у нас нет никаких тайн друг от друга. Но иногда муж начинает как бы мечтать о том, чтобы «завести любовницу» — для разнообразия. Меня просто корбит от таких слов. Стараюсь обратить всё в шутку, меняю тему разговора, но на душе при этом кошки скребут. Я ведь очень люблю мужа, и даже мысли об измене в мою голову не залетали никогда. Он, видимо, этого не понимает и возвращается к этой теме снова и снова. Договорился даже до того, что и мне предложил найти любовника, чтобы было с кем его «сравнить и еще больше ценить». Меня всё это очень обижает, но он никак не успокаивается. Зачем он это делает? Может быть, хочет, чтобы я разрешила ему воплотить этот бред в жизнь, и тогда он бы мог, вроде как официально, с моего согласия, пуститься во все тяжкие? Мне противно

об этом и говорить, и думать, но ссориться с мужем я тоже не хочу. Как мне быть? Что вы мне посоветуете?

Жо, что Вы можете откровенно разговаривать с мужем на любые темы — отлично. Но даже при супердоверительных отношениях не стоит забывать о том, что и с мужем можно обсуждать далеко не всё. Вы пишете, что муж и Вам предлагал найти любовника «для сравнения». Возможно, это просто шутка, но шутка обидная. Ведь, делая Вам такое предложение, он, наверняка, уверен в Вашей верности ему (по крайней мере, на данный момент), но таким образом он проверяет Вас. Когда супруг в очередной раз видит Вашу неизменную реакцию на его провокацию, он убеждается в Вашей верности и на какое-то время успокаивается. Вы же принимаете его рассуждения за чистую монету, расстраиваетесь, переживаете и не исключено, что в конце концов станете сами задумываться о каком-нибудь любовнике. И даже если все эти разговоры — пустопорожняя болтовня, они отравляют Вам жизнь.

Скажите мужу, чтобы он прекратил издеваться над вами, затевая неприятные для Вас разговоры. Вы свой выбор сделали раз и навсегда. Выбрали его и надеетесь, что он поступил так же, во всяком случае, Вы имеете право требовать к себе такого же честного отношения с его стороны. И Вам даже мысль о возможных изменах противна, не то что разговоры.

Мне 21 год. Я заканчиваю университет, не пью, не курю, не бываю в сомнительных компаниях и я еще девственница. Окружающие говорят, что сейчас таких мало. И это действительно так, если посмотреть, какие сейчас девицы. Но те парни, которые знакомятся со мной, хотят только одного: лечь со мной в постель. Я их, конечно, «отшиваю», объясняю, что я не такая девушка, с какими они привыкли проводить время, и на этом все их ухаживания заканчиваются. Они заявляют, что я безнадежно отстала от жизни, и уходят. Так хочется встретить парня: умного, порядочного, достойного меня, за которого я смогла бы удачно выйти замуж и прожить с ним безбедную и счастливую жизнь... Неужели я такого не заслужила?

Иеречисляя свои положительные качества, Вы, вероятно, забыли упомянуть, что и в школе были отличницей и сейчас в университете рассчитываете получить «красный диплом».

Да, вы — очень хорошая девочка, положительная во всех смыслах. Вы знаете себе цену и поэтому твердо уверены, что за свою исключительность заслуживаете «твердой пятерки», то есть такого же правильного и хорошего мальчика, с которым всю жизнь будете счастливы. Но, к сожалению, Вы — не школьница, а жизнь — не школа и даже не вуз. Здесь не всегда ставятся оценки в зависимости от прилежания и успеваемости и не всем воздается по заслугам. А кроме законного, как Вам кажется, права требовать «заслуженного» счастья, существуют еще такие понятия, как чувство долга, милосердие, самопожертвование, просто взаимное влечение... А еще есть ЛЮБОВЬ и есть СУДЬБА.

Где, когда, за что мы встречаем свою половинку и получаем ее по заслугам или по случаю? На этот вопрос Вам никто не даст ответа. И никакие высокие оценки, золотые медали и красные дипломы (даже девственность, хотя она действительно, в наше время — редкость) никогда и ни для кого не были гарантией счастья или удачного замужества.

В Вашем письме сквозит очень важное для жизни положение: Вы знаете, чего хотите. Вот и ищите свою мечту, свою любовь, свое счастье, своего единственного и неповторимого мужчину, оставаясь при этом сама собой, и Вы это обязательно найдете.

Полгода назад у меня начались близкие отношения с молодым человеком. Встречаемся мы не очень часто, но нам так хорошо вместе! У нас много общего, похожие вкусы и интересы, а главное — одинаковое понимание жизни, человеческих ценностей и отношений. Со мной мой парень старается быть предельно откровенным и требует того же от меня, хотя мне трудно решиться на абсолютную откровенность: я — человек хоть и общительный, но не очень открытый. Он говорит, что любит меня, но, в то же время, постоянно подчеркивает, что мы оба остаемся свободными и он не хочет быть ко мне духовно привязанным.

Недавно он со всей честностью и прямотой признался мне, что у него есть девушка, с которой он изредка

НАЕДИНЕ



встречается, например, недавно был в клубе на вечере джазовой музыки. Мне от этого признания стало неприятно, но он сказал, что, будучи честным человеком, может себе позволить так открыто говорить о встречах с ней, ведь мы же свободны и никто из нас не вправе контролировать друг друга, а если ему необходимо общение, он его найдет и сразу же честно о нем расскажет. Слушать все это мне было очень неприятно, но я не хочу его терять, хотя мне все чаще кажется, что его любовь ко мне слишком эгоистична. Уж очень он заботится о своем душевном комфорте. А поскольку он не так давно развелся с первой женой, мне кажется, что он меня тщательно изучает и даже в чем-то испытывает. Как мне поступить в данной ситуации?

Безусловно, если человек уже «обжегся» в браке, то есть, получил неудачный опыт семейной жизни, в дальнейшем он будет стремиться строить такие отношения, которых ему не хватало. Возможно, Ваш молодой человек столкнулся с очень

ложливой и вероломной женщиной, и теперь требует и от себя, и от Вас абсолютной честности. Но вот только свою честность он использует с выгодой лишь для себя, любимого, совершенно не считаясь с Вашими чувствами. То есть он считает себя свободным от всяческих привязанностей, встречается еще с какой-то девушкой (а может быть, и не с одной), но он — честен с Вами, потому что все рассказывает Вам.

Мне же кажется, что такой человек своей «честностью» или дает Вам понять, что Вы ему безразличны, или испытывает Вас на толерантность к его продолжающимся поискам, или не хочет привязываться к Вам.

Попробуйте и Вы реализовать свою свободу, а заодно устроить проверку чувств своему кавалеру. Как? Во время одной из откровенных бесед честно расскажите ему, что Вы недавно совершенно случайно встретили бывшего одноклассника (однокурсника, коллегу, друга детства); зашли с ним в кафе и очень приятно провели время, погрузившись в общие воспоминания. И это было так здорово! Разумеется, никаких других отношений, кроме дружеских, с ним у Вас нет и быть не может. Для такого эксперимента вовсе не обязательно иметь такого друга — он может быть и придуманным.

И вот тут внимательно следите за реакцией любимого. Если он спокойно «проглотит» эту информацию, значит его Ваша откровенность не встревожила. Тогда выждите пару недель и опять предельно честно и откровенно расскажите, что снова совершенно случайно встретили того же старого друга. Не забыв искренне повосторгаться его прекрасным чувством юмора, поведать о том, что Вы снова прекрасно провели время с интереснейшим собеседником. Правда, чувств к нему Вы никаких не испытываете, потому что любите только своего ненаглядного. Вы просто получаете удовольствие от общения с ним.

Два-три таких «откровенных и честных» разговора помогут Вам понять, как на самом деле относится к Вам Ваш друг.

Поскольку все мужчины, как известно, собственники, то, позволяя себе быть свободными, женщину, которая будет вести себя так же, они не поймут никогда. Будьте готовы и к подробным расспросам, и к приступам ревности, и к выяснениям отношений, и даже к слежке за Вами и мнимым соперником.

Здесь важно вовремя остановиться и предельно честно поговорить о свободе, дабы не доводить до скандала или даже разрыва отношений. Но в какое бы русло ни повернул ваш разговор, ни в коем случае не признавайтесь, что никакого друга юности или детства на самом деле нет. Просто подчеркните еще раз, что кроме приятных и интересных бесед Вас с ним ничего не связывает, и если любимый против, Вы при встрече с приятелем просто не будете больше останавли-

ваться и разговаривать с ним. Надеюсь, после такого эксперимента Ваш милый поймет, наконец, насколько Вам неприятны его честные откровения о встречах с другой девушкой. А Вам останется только обсудить с ним раз и навсегда принятое правило: «Или мы вместе — только ты и я, или — с кем хотим, но по отдельности».

Я вышла замуж два года назад, и живем мы отдельно от моей мамы — снимаем квартиру. Недавно у нас родился сыночек. Мой муж — очень заботливый и понимающий — во всем старается мне помогать. У нас с ним все нормально, вот только мама моя его очень не любит. Она считает, что мой муж ведет себя слишком независимо и непредсказуемо. А женатый мужчина должен вести себя как-то по-другому. Я же считаю, глядя на мужей моих подруг, что он абсолютно нормально себя ведет, а делает для нас с сыном даже больше, чем они. Он — добрейшей души человек, маму я тоже не могу назвать бессердечной — ведь она просто обожает двух своих кошек, которых спасла когда-то от неминуемой гибели, а те очень любят ее. Откуда же такая непримиримость к человеку, которого я люблю? Как мне примирить двух самых дорогих мне людей?

Если Вы объективны в оценке своего мужа, попробуйте поговорить с мамой наедине и убедить ее в том, что ее зять — не худший вариант для нормальной семьи. А если принять во внимание то, что Ваша мама жалеет, любит и понимает своих кошек, то у Вас есть еще один очень убедительный аргумент.

Ведь мужчины по своим основным качествам характера во многом напоминают кошек. Они так же независимы, свободолюбивы и трудно предсказуемы.

Но те из них, которые постоянно ощущают любовь и понимание хозяев, обласканы ими и живут в тепле, сытости и уюте, очень быстро понимают, чего от них хотят, и постепенно становятся ласковыми и преданными.

Поговорите с мамой в таком, может быть, не совсем серьезном ключе, но даже если Ваши слова прозвучат как шутка, мама Вас поймет, ведь психология общения с кошками ей близка и понятна, а к Вашему мнению по поводу ее зятя она прислушается обязательно.

Юлия АЛЕКСЕЕВА

С ПСИХОЛОГОМ

От

ВСЕГО

сердца

Милая романтичная прическа —
специально ко Дню влюбленных!

Заплетите две тонкие косички сбоку на
верхнем слое волос, поочередно уложите
каждую из них в виде половинки сердечка,
как показано на фото, и закрепите невидим-
ками. Концы косичек соедините вместе и то-
же приколите невидимкой. Прическа готова!

Подготовила Марина ХРИСТЕНКО



ВИНОВАТЫ ГОРМОНЫ

Волосы у меня всегда были слабенькими, потом я стала принимать противозачаточные таблетки, и они стали толще и гуще. Я очень гордилась своей новой шевелюрой. Но после рождения дочери, мне кажется, волосы вообще решили покинуть мою голову. Неужели так теперь будет всегда? Принимать гормоны я пока не собираюсь, так как хочу второго ребенка, но на свою почти лысую голову смотреть не могу.

Не переживайте, так будет не всегда. Просто у Вас совпали два фактора, которые могут вызвать усиленное выпадение волос: прекращение приема гормональных контрацептивов и резкий спад выработки организмом эстрогена после беременности. Но это явление временное. Как только гормональный фон восстановится, волосы перестанут выпадать. Правда, скорее всего, они будут такими, как до начала приема таблеток. В таких случаях, как у Вас, специалисты советуют постричься покороче, тогда отрастающим на месте выпавших волосам будет доставаться больше питания. А кроме того, короткая стрижка всегда создает впечатление более густых волос.

ТРЕССЫ ПОМОГУТ ИЗМЕНИТЬСЯ, НЕ МЕНЯЯСЬ

Измениться хотя бы на время, заинтриговать и удивить друзей и знакомых. Всего этого можно достичь с помощью трессов — накладных прядей, которые могут увеличить густоту или длину волос. А можно длину прядей оставить прежней, зато обзавестись челкой — они тоже бывают накладными.

Трессов одно большое достоинство: достаточно, чтобы мастер один раз показал, как они крепятся, потом это можно делать самой.

Если вы решите «отрастить» челку — они в моде в этом году, — подбирайте накладную челку тон в тон к оттенку ваших волос. Поскольку трессы из искусственных волос ни красить, ни завивать с использованием высокой температуры нельзя, выберите подходящую форму челки. Она должна не только быть к лицу, но и визуально скрывать недостатки.

Челка ниже бровей делает во внешности акцент на губы и скулы. Челка длиной до бровей привлекает внимание к глазам. Косая и рваная челка придает образу игривости и дерзости.

Увидев себя с челкой, вы, возможно, настолько понравитесь себе, что решите постоянно носить ее, не отрезая волос. В этом случае вам нужна будет накладная челка из натуральных волос: ее можно и красить, и завивать.

ПОЙДЕТ ЛИ ВАМ КОРОТКАЯ СТРИЖКА?

Всю жизнь вы носили длинные волосы, а теперь решили, что хотите короткую стрижку? Не торопитесь в парикмахерскую, лучше сфотографируйтесь анфас на темном фоне, если у вас светлые волосы, и на светлом фоне, если волосы темные. Распечатайте несколько фотографий, возьмите ножницы и подстригайте волосы на фото, чтобы увидеть, пойдет ли вам короткая стрижка. Делайте на каждой следующей фотографии волосы чуть короче, чем на предыдущей, чтобы найти ту длину, которая будет вам к лицу. А можно вообще обойтись без фотографий, надо лишь скачать из Интернета «игрушку», которая примерит на ваше фото любые прически и стрижки, включая те, которыми щеголяют знаменитые красотки.

Но можно и с фотографией не экспериментировать, если заранее знать, что короткие стрижки противопоказаны тем, у кого

- круглое лицо
- короткая шея и двойной подбородок
- широкие плечи
- сильно выющиеся волосы.



СВАЛОЖА НОЛЪС ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ВАШИХ ВОЛОС

В конце зимы всегда наступает авитаминоз. Даже если вы принимаете витамины, они расходуются на внутренние нужды организма, а до волос, если и доходят, то жалкие остатки. Поэтому в преддверии весны не лишней будет витаминная поддержка для волос.

ВИТАМИННОЕ ОПОЛАСКИВАНИЕ

Чтобы восстановить запас жизненных сил и блеск волос, ополаскивайте их после мытья водой с добавлением сока алоэ, в котором много биологически активных элементов.

Измельчите 1 лист алоэ в блендере, залейте кашу таким количеством теплой воды, сколько вам требуется для ополаскивания (обычно хватает 1 литра). Воду с алоэ перемешайте, процедите, ополосните волосы и дайте им высохнуть.

Если волосы очень длинные, измельчите 2 листа и добавьте больше воды. Дома нет алоэ? Купите в аптеке экстракт алоэ в ампулах и добавляйте 1 ампулу на 1 литр воды.

МАСКИ С ВИТАМИНАМИ ГРУППЫ В

Известно, что витамины группы В очень полезны именно для волос. В₁ устраняет сухость кожи головы и перхоть. В₂ добавляет волосам силы и блеска. В₆ поддерживает нормальный обмен веществ в коже головы. В₁₂ укрепляет волосяную луковицу и предотвращает выпадение волос.

Соедините по 1 ст. ложке облепихового, миндального и репейного масла, можно только репейного и касторового, если нет других масел, 1 взбитое яйцо и по 1 ампуле витаминов В₂, В₆ и В₁₂. Все перемешайте и нанесите на сухую кожу головы и волосы по всей длине. Оберните голову полиэтиленовым пакетом, а поверх него махровым полотенцем или наденьте вязаную шапочку. Через 1-1,5 часа вымойте голову с шампунем и дайте волосам высохнуть.

Если вы не хотите тратить много времени на маски, воспользуйтесь следующим рецептом. За основу берется обычный бальзам или кондиционер для волос (можно самый простой и дешевый), но в нем изначально заложены вещества, которые улучшают проникновение активных компонентов в кожу головы. В нашем случае это витамины группы В.

Смешайте 2 ст. ложки бальзама для волос и содержимое ампулы с витаминами: В₁, В₆ и В₁₂. Нанесите обогащенный витаминами бальзам на чистые вымытые волосы, помассируйте 5 минут, оставьте на волосах еще на 10 минут, затем смойте теплой водой и дайте волосам высохнуть.

Внимание! В эти маски по желанию для усиления действия можно добавлять алоэ.



Лицом к лицу КОЖУ МАСЛОМ НЕ ИСПОРТИШЬ, ЕСЛИ ПРИМЕНЯТЬ ЕГО ПРАВИЛЬНО

Мы уже писали, какое благоприятное действие на кожу оказывает оливковое масло. Сегодня мы поговорим об использовании касторового, облепихового, персикового, миндального и кунжутного масел. Все они питают, смягчают и увлажняют кожу, удерживая в ней влагу и не забивая поры. Масла способствуют ускорению регенерации клеток кожи, обладают омолаживающим действием, помогая коже надолго сохранить упругость и эластичность. И, в отличие от самых лучших и дорогих кремов, масло — это натуральный продукт, в нем нет красителей, отдушек и консервантов.

ОЧИЩЕНИЕ МАСЛОМ

Лучший способ косметического применения растительных масел — демакияж и очищение кожи. Масло при этом не только снимает косметику с кожи и ресниц, удаляет грязь, но одновременно смягчает и питает кожу.

ВНИМАНИЕ! Перед употреблением масло желательно подогреть в миске с горячей водой до теплого состояния, тогда оно лучше впитывается, очищает глубже и питает лучше.

Если кожа очень сухая, то, проводя очищение вечером, оставшееся на лице масло можно не смывать, утром можно оставить масло на лице еще на 20-30 минут, после чего умыться теплой водой или хорошенько промокнуть лицо бумажной салфеткой.

Маслом хорошо снимать макияж и с жирной кожи, но следует сразу же умыться теплой водой и ополоснуть лицо прохладной.

ВНИМАНИЕ! Касторовое мас-

ло в чистом виде может вызвать аллергию, но разведенное пополам с любым другим растительным маслом подходит даже для чувствительной кожи.

УХОД ЗА КОЖЕЙ ВОКРУГ ГЛАЗ

Растительное масло прекрасно увлажняет тонкую кожу вокруг глаз и даже разглаживает небольшие морщинки. Достаточно просто нанести на кожу вокруг глаз чуть теплое масло, аккуратно вбивая его подушечками пальцев, и оставить либо на ночь, либо на 30-40 минут, после чего снять излишки масла бумажной салфеткой.

Исключение — касторовое масло. Его наносят кисточкой на ресницы, чтобы они росли длинными и пушистыми. Но следите, чтобы масло не попало в глаза.

ДЛЯ НОРМАЛЬНОЙ КОЖИ

● Смешайте 1 ст. ложку порошка какао с теплым молоком,

чтобы получилась однородная, средняя по густоте масса, добавьте в нее 2 ч. ложки МИНДАЛЬНОГО масла и 1 ч. ложку жидкого меда, если у вас нет на него аллергии, перемешайте и нанесите на кожу лица на 15-20 минут, затем смойте чуть теплой водой.

Маска питает и тонизирует кожу, улучшает цвет лица. Ее можно использовать для зоны вокруг глаз, но держите ее на коже не более 10 минут.

ДЛЯ СУХОЙ КОЖИ

● Тщательно разотрите по 1 ч. ложке творога, МИНДАЛЬНОГО масла и мякоти банана. Нанесите на лицо, а через 15-20 минут смойте водой комнатной температуры.

Маска увлажняет, смягчает и тонизирует кожу.

● Слегка подогрейте 1 ст. ложку ПЕРСИКОВОГО (продается в аптеках) масла, добавьте к нему 1 ст. ложку жидкого меда. Пропитайте смесью двухслойную

КАК УВЕЛИЧИТЬ ВЕРХНЮЮ ГУБУ

У кого-то верхняя губа с рождения намного тоньше нижней, у кого-то она становится тоньше с возрастом. Но какова бы ни была причина, обычно разницу в толщине губ нивелируют за счет контура. Визажисты советуют поступать иначе. Искусственный контур всегда заметен, а если нанести вдоль линии верхней губы осветляющий консилер, слегка растушевать его вовнутрь, он визуально приподнимет верхнюю губу, придаст ей немного пухлости, и разница в толщине губ будет не так заметна.



КАК СКРЫТЬ МОРЩИНКИ

Многие пытаются замазывать мелкие морщинки на веках консилером. А делать этого не стоит, консилер забивается в морщинки и не скрывает, а, наоборот, подчеркивает их.

Визажисты советуют использовать для маскировки морщинок светлые шелковистые матовые тени на всю поверхность верхнего века.

ЧЕРНЫЙ ИЛИ КОРИЧНЕВЫЙ?

Так сложилось, что тушь мы предпочитаем черную. А вот профессионалы считают, что для повседневного макияжа она подходит только брюнеткам, а всем остальным исключительно для вечернего макияжа, чтобы выделить глаза при недостаточном освещении. Светловолосым и бледнокожим для дневного макияжа они советуют использовать коричневую тушь. Она замечательно смотрится с малым количеством декоративной косметики, если вы поклонница естественного макияжа или предпочитаете делать акцент на губы.



марлевую салфетку с прорезями для глаз и положите на лицо. Через 10-15 минут снимите салфетку и умойтесь теплой водой.

Маска смягчает и увлажняет даже пересушенную кожу.

ДЛЯ ЖИРНОЙ КОЖИ

● Добавьте к взбитому белку 1 ч. ложку МИНДАЛЬНОГО масла и 1 ст. ложку аптечной настойки зверобоя, перемешайте и нанесите на лицо. Через 15 минут смойте прохладной водой.

Маска уменьшает угревое воспаление, очищает кожу, выравнивает ее и стягивает поры.

● Разотрите сырой белок с 1 ст. ложкой кислой нежирной сметаны и 1 ч. ложкой ПЕРСИКОВОГО масла. Перемешайте, добавьте 1 ст. ложку теплой кипяченой воды и еще раз перемешайте. Нанесите маску кисточкой в несколько слоев, оставьте на коже лица на 20 минут, затем удалите ватным тампоном, смоченным прохладной кипяченой водой или настоем зеленого чая.

Маска разглаживает кожу и стягивает поры.

ДЛЯ УВЯДАЮЩЕЙ КОЖИ

● Сварите в молоке мелко нарезанную картофелину и тщательно разотрите ее с 1 ст. ложкой молока, 1 сырым желтком и 2 ч. ложками КASTОРОВОГО масла. Теплое пюре нанесите толстым слоем на кожу лица и шеи на 15 минут, а затем смойте

теплой водой.

Маска питает кожу, разглаживает мелкие морщинки, убирает излишнюю сухость и делает кожу бархатистой.

● Разведите порошок желтой косметической глины настоем ромашкового чая до состояния густой кашицы, добавьте 1 ч. ложку ОБЛЕПИХОВОГО масла, хорошо перемешайте, нанесите на лицо на 12-15 минут, а затем смойте маску теплой водой и ополосните лицо прохладной.

Маска увеличивает упругость и эластичность кожи, возвращает здоровый цвет лица.

ДЛЯ ВСЕХ ТИПОВ КОЖИ

МИНДАЛЬНОЕ масло — универсальное, оно подходит для всех типов кожи, но добавки из овощной, фруктовой и ягодной мякоти к нему можно делать разные. Вот общий принцип.

1 ч. ложку масла смешайте с 1 ч. ложкой мякоти, нанесите маску на кожу лица на 15-20 минут, затем смойте чуть теплой водой.

● Для нормальной и сухой кожи подойдет мякоть банана или хурмы, дыни, абрикосов, ягод крыжовника, черной смородины, брусники. Можно использовать тертый сырой картофель, огурцы, редис, морковь, капусту, болгарский перец и кабачки.

● Для комбинирован-

ной и жирной кожи подойдет мякоть киви, цитрусовых (кроме лимона), винограда, кислых яблок, арбуза, клубники, малины, красной смородины и рябины.

Маски увлажняют и тонизируют кожу.

● Чтобы осветлить веснушки, следует смешать 1 ст. ложку натертого пюре из свежего огурца или редьки, гранатового сока или мякоти грейпфрута с 1 ч. ложкой КASTОРОВОГО масла. Для жирной кожи можно добавить 1 ч. ложку кислого кефира и несколько капель лимонного сока. Нанесите состав на кожу лица на 15 минут, затем смойте прохладной водой.

ВНИМАНИЕ! Маску можно делать только вечером, чтобы после нее не выходить на солнце.

МАСЛЯНЫЙ КРЕМ ДЛЯ КОЖИ ВОКРУГ ГЛАЗ

Растопите на водяной бане 0,5 ст. ложки масла КАКАО, не снимая посуды с огня, добавьте к нему 0,5 ч. ложки ОБЛЕПИХОВОГО масла и 1 ч. ложку масляного раствора витамина Е. Все перемешайте, снимите с водяной бани и помешивайте массу, пока она полностью не остынет. Полученный крем переложите в сте-

клянную баночку. Используйте каждый вечер. Не смотрите, что крем твердый, от контакта с кожей он сразу тает.

Этот крем особенно рекомендуется при вялой и морщинистой коже вокруг глаз.

КУНЖУТНОЕ МАСЛО

КУНЖУТНОЕ масло — неоценимый косметический компонент. Оно не только питает, увлажняет и омолаживает кожу, но и защищает от вредного ультрафиолетового излучения, выравнивает кожу, на которой остались рубцы и шрамы после лечения прыщей. Кунжутное масло обладает антистрессовым эффектом, способствует расслаблению мышц лица. Если наносить его в чистом виде на кожу на ночь, утром лицо будет выглядеть свежим и отдохнувшим.

Масло подходит и для ухода за кожей вокруг глаз, помогая снять отеки век, разгладить мимические морщинки в уголках глаз и под глазами. Кунжутное масло обладает хорошей проникающей и очищающей способностью, поэтому лучше всего подходит для ежедневного очищения кожи.

Чистое кунжутное масло идеально работает безо всяких добавок, его можно использовать вместо ночного крема и крема вокруг глаз. При желании можете добавить неограниченное его количество в ваш любимый крем.



МАКИЯЖ «ЧИСТОЕ ЛИЦО»

Я учусь в восьмом классе. Моя мама считает, что краситься мне еще рано, но все девочки в нашем классе уже красят ресницы и губы, а надо мной смеются и называют маминной дочкой. Как надо наносить макияж «чистое лицо», хочу быть, как все, но чтобы мама меня не ругала.

В том, что время для полноценного макияжа не пришло, Ваша мама права. Но немного свежести лицу не повредит.

По правилам макияж «чистое лицо» состоит из прозрачного тона, аккуратных бровей и ресниц, мягко растушеванных теней и естественного румянца. Такой макияж только кажется простым, на самом деле его без опыта и сноровки сделать практически невозможно.

Считается, что этот макияж придумала известная визажист Бобби Браун. А в его основе лежат ее манипуляции, которые сама Бобби втайне от мамы делала в школьные годы. Она каждый день наносила на губы мамину помаду, на щеки — румяна, и сразу же стирала их. Косметики на коже не было, но красящие пигменты оставляли след, добавляя губам яркости, а щекам румянца. Никто не замечал, что девушка накрашена, но все отмечали, что она здорово выглядит. Такой макияж можно нанести за считанные секунды, он практически не заметен, но при этом придает лицу свежесть.

Попробуйте способ Бобби Браун на себе. Вы будете чувствовать себя уверенней, но при этом не потеряете очарования молодости.

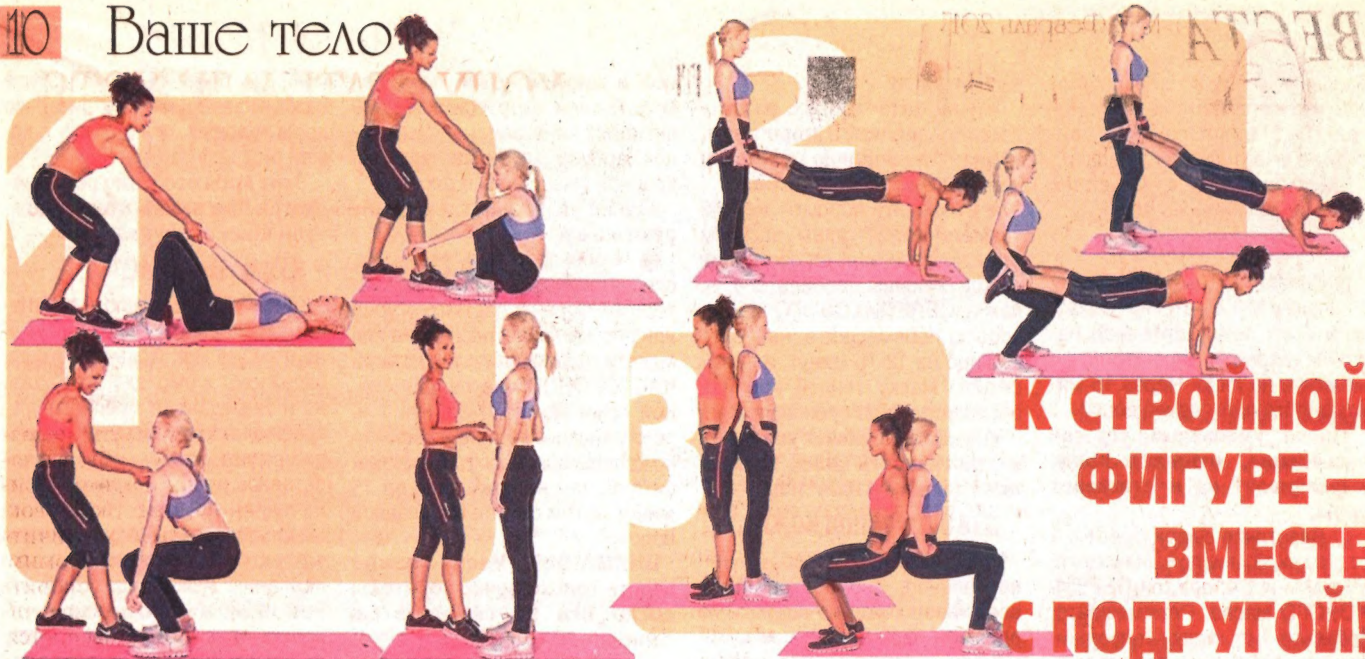
Подготовила Галина КРУПЕНИНА



ПОМАДА ВМЕСТО КРЕМА

Обветренная кожа, шелушащаяся и шершавая, это не только неприятно, но и довольно болезненно. Не хватайтесь за все кремы, которые есть в вашем арсенале, чтобы убрать шелушение, используйте лучшую обычную гигиеническую помаду. Она изначально предназначена для того, чтобы не допустить шелушения кожи на губах, а ведь там она гораздо нежнее, чем на лице. Смело наносите на ночь гигиеническую помаду на места, которые шелушатся. Она уберет проблему гораздо быстрее любого крема.





К СТРОЙНОЙ ФИГУРЕ — ВМЕСТЕ С ПОДРУГОЙ!

1. Для мышц бедер, ягодиц, пресса, верхней части спины и рук

Партнер 1: Лягте на спину, колени согните, стопы на полу.

Партнер 2: Поставьте правую ногу впереди левой, между стопами партнера 1. Слегка согните колени и крепко сожмите правой ладонью правую ладонь партнера.

Партнер 1: С помощью партнера примите сидячее положение, затем поднимитесь в положение стоя, не помогая себе левой рукой.

Партнер 2: Выпрямляя ноги и приводя локоть к туловищу, тяните своего партнера в вертикальное положение.

Медленно обратным движением вернитесь в исходное положение. Выполните подход с одной стороны, затем смените положение и повторите с другой стороны.

После выполнения всего количества подходов поменяйтесь с партнером местами и продолжайте.

Начинающие: 2 x 8 повторов.

Продолжающие: 2 x 10-12 повторов.

Опытные: 2 x 16-20 повторов.

2. Для мышц ног, бедер, ягодиц, пресса, груди, плеч, рук

Партнер 1: Примите упор лежа, поставив ладони под плечи.

Партнер 2: Станьте между стоп партнера, возьмите его за лодыжки и поднимите его ноги вверх.

Партнер 1: Согните руки в локтях и приведите грудь к полу, затем выпрямите руки и вернитесь в исходное положение.

Партнер 2: Согните ноги в коленях, опу-

саясь в присед. Затем выпрямите ноги и вернитесь в исходное положение. Продолжайте поочередно выполнять отжимания и приседы. Затем поменяйтесь местами и продолжите.

Начинающие: 2 x 8 повторов.
Продолжающие: 2 x 10-12 повторов.
Опытные: 3 x 15 повторов.

Начинающие: 2 x 8 повторов.
Продолжающие: 2 x 10-12 повторов.
Опытные: 3 x 15 повторов.

Начинающие: 2 x 8 повторов.
Продолжающие: 2 x 10-12 повторов.
Опытные: 3 x 15 повторов.

3. Для мышц бедер, ягодиц и верхней части спины

Станьте спиной вплотную друг к другу, руки на талии. Мелкими шажками одновременно продвигйтесь вперед на расстояние шага, не отрывая спин друг от друга. Одновременно медленно сгибайте ноги в коленях, опуская таз вниз до положения приседа (бедра параллельны полу). Отталкиваясь от пола пятками, вернитесь в исходное положение. Сделайте еще несколько повторов.

Начинающие: 2 x 8-10 повторов.
Продолжающие: 2 x 10-12 повторов.
Опытные: 3 x 12-15 повторов.

4. Для мышц пресса

Примите положение «планка» лицом друг к другу, с опорой на предплечья и носки стоп, спину держите прямой, голову не поднимайте.

Одновременно вытяните вперед левые руки и коснитесь друг друга ладонями, затем вернитесь в исходное положение.

Повторите то же самое другой рукой. Все считать за один подход.

Начинающие: 2 x 6 повторов
Продолжающие: 2 x 8 повторов
Опытные: 2 x 10 повторов.

5. Для мышц пресса, нижней части спины, ягодиц

Партнер 1: Примите положение «планка» с опорой на предплечья и носки стоп, тело должно быть вытянуто в одну линию. Удерживайте это положение.

Партнер 2: Лягте под прямым углом к партнеру, руки разведите в стороны. Положите голени на спину вашего партнера. Оторвите таз от пола и вытяните вверх правую ногу. Опорную ногу держите слегка согнутой, колени не замыкайте.

Напрягите мышцы ягодиц и поднимите таз выше так, чтобы ваше тело от плеч до стопы опорной ноги представляло собой прямую линию. После чего вернитесь в исходное положение.

Выполните упражнение на одну, затем на другую ногу, после чего поменяйтесь с партнером местами и продолжите.

Начинающие: 1 x 10 повторов каждой ногой.
Продолжающие: 2 x 10-12 повторов каждой ногой.

Опытные: 2 x 12-15 повторов каждой ногой.

Подготовила Марина ГРУЗДЕВА





ЛЮБИМЫЙ НЕЛЮБИМЫЙ АРОМАТ

Даже при современном обилии парфюмов найти «свой» запах бывает едва ли не сложнее, чем мужчину своей мечты. И когда после множества проб и приличной суммы потраченных денег мы, наконец, находим тот запах, что ложится на кожу, как родной, то готовы не расставаться с ним никогда. В принципе, можно и не расставаться, если вы пользуетесь им не каждый день и очень умеренно. В противном случае, запах необходимо менять раз в полтора года. По истечении этого срока вы можете вновь вернуться к предыдущему аромату. Почему именно полтора года? За это время у тех людей, кто близко общается с вами: мужа, детей, подруг, коллег — ваш запах сначала вызывает удивление, потом симпатию, привыкание и, наконец, антипатию. Он начинает их раздражать, и это раздражение переносится на вас, поэтому до последней стадии лучше не доводить.



МАСКА ДЛЯ СПИНЫ И... ЛИЦА

Если вы собираетесь поразить своего любимого нарядным платьем с откровенным вырезом, позаботьтесь, чтобы в области декольте, на плечах и спине кожа была нежной и без прыщей. Купите любую очищающую маску для лица и нанесите ее на те части тела, что будут открыты.

Если за зиму кожа покрылась мелкими прыщиками и пересохла, возможно, процедуру очищения придется повторить два-три раза. Проверьте состояние своей кожи заранее, ведь надо иметь хотя бы пару дней на то, чтобы привести ее в порядок.

ПРИРОДНЫЙ АНТИДЕПРЕССАНТ

Если вы постоянно живете в состоянии стресса, страдаете бессонницей, купите эфирное масло клементина. Оно очень мощно воздействует на эмоции, не только успокаивает нервы, но даже снимает шоковое состояние при панической атаке. Масло клементина используют в медицине как сильный антидепрессант и средство, способствующее релаксации.

Добавляйте 2-3 капли масла в аромалампу или в миску с водой, ставьте ее у батареи центрального отопления и вдыхайте аромат, пока не почувствуете, что успокоились или вас клонит ко сну. Не оставляйте аромалампу на всю ночь.

Можете использовать аромат клементина, чтобы предотвратить назревающую ссору, ведь оно, ко всему прочему, способствует созданию атмосферы дружелюбия и стимулирует совместную деятельность, поэтому подходит для мозговых штурмов.



ХОЧУ СТАТЬ ИЛИ ХОТЯ БЫ КАЗАТЬСЯ ВЫШЕ

Хотя все знают поговорку: «Маленькая собачка до старости щенок», все-таки те дамы, кому природа отмерила рост ниже среднего, очень комплексуют по этому поводу. А рост — это не вес, он ни от каких диет не зависит. Хотя зрительно худенькие невысокие женщины кажутся выше ростом, чем «пышечки».



Поскольку вырасти невозможно, как хотя бы выглядеть повыше ростом? Придумано множество уловок, как визуально увеличить рост, и мы вас с ними познакомим. Конечно, вам не будут говорить вслед: «Каланча!», но и «малышкой» называть язык не повернется.

Первое, до чего додумались женщины, чтобы казаться выше — это одежда, колготки и туфли одного цвета. Но эксперты в области моды считают такой прием скучным и нарочитым. Они предлагают другие хитрости. **НОСИТЕ** платья со слегка завышенной талией и свободной юбкой, подол которой чуть ниже или же чуть выше колена. **НЕ НОСИТЕ** обтягивающую одежду с заниженной талией.

НОСИТЕ длинные прямые с классической талией узкие, но не облегающие, брюки, они визуально увеличивают длину ног и, соответственно, рост. **НЕ НОСИТЕ** укороченные брюки, они зрительно «подрежут» ваши ноги.

И, конечно, никакой заниженной талии у брюк. Такой фасон визуально удлиняет туловище и укорачивает ноги, причем сильно. От этого тело будет выглядеть не просто низким, а еще и непропорциональным.

НОСИТЕ короткие шорты с классической талией прямого силуэта. **НЕ НОСИТЕ** широкие или слишком облегающие шорты с завышенной или заниженной талией.

НОСИТЕ облегающие блузки и футболки, до половины прикрывающие попу, желательно с защипами на груди.

НЕ НОСИТЕ короткие топы, открывающие живот, и блузки длиной до талии, они зрительно удлиняют верхнюю часть фигуры и укорачивают ноги.

ОБУВЬ выбирайте на каблуке, хотя бы среднем, это лучше, чем башмаки на плоской подошве или платформе, особенно высокой.

ЛУЧШЕ:

- короткие ботинки, чем сапоги до середины икры,
- босоножки с открытой пяткой и закрытым передом, чем с ремешками на лодыжке. Их желательно избегать даже на туфлях.

Зная эти хитрости и немного изменив гардероб, вы будете выглядеть выше ростом в глазах окружающих.

Подготовила Галина КРУПЕНИНА



На вопросы читательниц отвечает
кандидат медицинских наук акушер-гинеколог
Вioletta ЗАСЛАВСКАЯ



АДРЕС ДЛЯ ПИСЕМ:

394000, Воронеж, Г/п, а/я 537, «Веста»,
«Скажите, доктор...»

Мне 38 лет. Накануне месячных вдруг, ни с того ни с сего, увеличилась и заболела левая грудь. Обратилась к маммологу. На его консультации мне сказали, что имеется незначительная мастопатия. Назначили мастодион, но грудь по-прежнему увеличена и болит. Посоветуйте, что мне делать дальше.

В Вашем случае, учитывая не только Ваши жалобы, но и возраст, необходимо пройти дополнительное обследование: ультразвуковое исследование молочных желез. Если при этом исследовании не будет выявлено никакой очаговой патологии, это будет означать, что диагноз поставлен правильно и речь действительно идет о мастопатии.

За весь прошлый 2014 год у меня было всего две менструации. По результатам осмотра и УЗИ никакой «патологии не выявлено». Я собираюсь выйти замуж. Хочу иметь детей, но боюсь, что в такой ситуации это невозможно. Три года назад у меня была операция по поводу фиброаденомы молочных желез. Не могли бы Вы мне объяснить, связано ли это с отсутствием менструаций?

Врачи говорят, что для наступления беременности мне надо принимать дюфастон. А что Вы думаете по этому поводу?

В ам необходимо прежде всего обследоваться: сдать кровь на гормоны, чтобы выяснить,

где и какие у Вас имеются отклонения от нормы.

Что касается препарата «Дюфастон», то он — не универсален. Его применяют довольно широко, но помогает он не при всех подряд гормональных проблемах.

Кстати, образование в молочных железах фиброаденом тоже связано с гормональными нарушениями.

Если серьезно и правильно обследоваться и грамотно провести лечение, то у Вас и менструальный цикл восстановится, и проблемы с молочными железами ликвидируются, и беременность наступит.

Мне ставят диагноз «острый двусторонний сальпингофорит».

Напишите, пожалуйста, как в домашних условиях можно сделать электрофорез (физиотерапию). А также что собой представляют «витаминотерапия», «рассасывающая терапия», «иглорефлексотерапия» и «индуктотерапия».

Физиотерапию в домашних условиях сделать невозможно. Для этого необходимо специальное оборудование и подготовленный медицинский персонал. Физиотерапия проводится в условиях стационара или амбулатории (поликлиники).

Витаминотерапия — это прием разнообразных витаминов по различным схемам, — в зависимости от диагноза и ситуации.

При лечении воспаления придатков — аднексит, сальпингофорит — обычно используют витамины группы В как в таблетках, так и в инъекциях.

В понятие «рассасываю-

щая терапия» входит применение огромного арсенала лекарственных препаратов и физиотерапевтических процедур, которые назначает врач в зависимости от показаний и состояния здоровья пациента.

Иглорефлексотерапия, или акупунктура — древне-китайский метод лечения, основанный на введении специальных игл в определенные биологически активные точки на коже. Считается, что эти точки связаны с внутренними органами. При правильном воздействии на них обученным специалистом улучшается течение многих болезней.

Индуктотерапия — вид физиотерапии, оказывающий противовоспалительное действие.

Все эти перечисленные методы широко используются для лечения воспалительных процессов женской половой сферы.

Одни говорят, что если для лечения эндометриоза пить гормональный препарат «Жанин», то в организме произойдут такие изменения, от которых потом будет очень дорого лечиться.

Другие считают, что нужно обязательно принимать жанин, так как только он лечит эндометриоз.

Как известно, на сегодняшний день медицина не имеет методик и лекарственных

средств для того, чтобы вылечить эндометриоз. Но симптомы (болевые ощущения) снять можно и можно предотвратить дальнейшее распространение заболевания.

Теряет свою актуальность эндометриоз только с наступлением менопаузы, когда резко снижается активность гормонов.

Один из компонентов, входящих в состав препарата «Жанин», действительно обладает выраженным лечебным эффектом в

отношении эндометриоза. Поэтому можно принимать жанин с целью предохранения от нежеланной беременности и одновременно лечить эндометриоз.

В 25 лет меня прооперировали по поводу перекрута придатков справа. Напишите, если можно, отчего перекручиваются придатки. Всегда ли это происходит из-за кисты? Почему же раньше при осмотре киста не была замечена? Может ли такое повториться и с другим придатком? Может ли тот перекрут быть связан с аппендицитом? Смогу ли я самостоятельно родить, если первая беременность разрешилась путем кесарева сечения?

Существуют так называемые функциональные кисты яичников, которые появляются и исчезают в зависимости от фазы менструального цикла. Поэтому при осмотре их не всегда можно обнаружить. Киста — как правило, жидкостное образование. При физических нагрузках, резкой перемене положения тела, половой близости придатки (при наличии в данный момент кисты) могут перекрутиться.

С аппендицитом это никак не может быть связано, он, скорее, может быть вторичным (при перекруте придатков именно с правой стороны).

Самостоятельные роды при наличии рубца на матке возможны, но непременно при соблюдении многих условий, которые известны любому акушеру-гинекологу. При таких родах довольно высока степень риска серьезных осложнений, и это необходимо четко осознавать.

ОТВЕТЫ мамам



Моему сыну 16 лет. При плановом осмотре в школе хирург выявил у него расширение вен в мошонке. Был поставлен диагноз: варикоцеле. Почему мне это только в 16 лет сказали, неужели раньше этого у него не было? Хирург настаивает на операции. Она действительно необходима? Его ничего не беспокоит. Начиталась в Интернете о

разных видах операций при данном заболевании. Нужно ли дополнительное обследование, помимо обычного осмотра? Напишите об этом подробнее.

Это заболевание обычно начинает развиваться у подростков в 10-12 лет, а к 15-16 годам становится заметным. Основными причинами заболевания являются: особенность строения левой яичниковой вены, недостаточность венозных клапанов, врожденная слабость венозных стенок. Усилить эти явления может неправильное занятия бодибилдингом и тяжелой атлетикой, когда в процессе тренировки усиливается давление в брюшной полости.

Варикоцеле — наиболее распространенная андрологическая патология, и одна из наиболее частых причин мужского бесплодия. Поэтому хирурги настаивают на операционном лечении в молодом возрасте.

Абсолютные показания для лечения варикоцеле:

- изменение спермограммы
- боль или тяжесть в мошонке
- уменьшение размеров и структуры яичка
- бесплодие при нормальном объеме яичка.

Диагностика основывается на общем осмотре мошонки. Обязательным является УЗИ органов мошонки, которое должно быть расширено исследованием кровотока (доплерографией). В зависимости от результатов обследования выбирается тип операции.

Существует более 100 способов оператив-

ного вмешательства в таких случаях.

Наиболее популярными методами лечения больных варикоцеле являются методики, направленные на прерывание ретроградного кровотока по внутренней яичковой вене, из которых наиболее широкое применение нашла операция Иванисевича. Однако ряд авторов в своих исследованиях после применения данного метода выявили рецидивы заболевания более чем в 30% случаев. Кроме рецидивирования, операция Иванисевича может осложниться водянкой яичка на стороне оперативного вмешательства, что связано с трудной визуализацией и повреждением лимфатических сосудов.

В последнее время разработаны и начали применяться микрохирургические операции с использованием оптической микроскопии. Наилучшие результаты на сегодняшний день отмечают при операции по J.L. Marmar, где есть возможность одновременного лигирования венозных стволов как наружной, так и внутренней семенных вен.

Правильно выбранное хирургическое лечение приведет к улучшению показателей сперматогенеза, независимо от степени выраженности варикоцеле, а лично Вас — к счастью стать бабушкой.

**На вопрос отвечала
врач-педиатр,
кандидат медицинских наук
Александра ЕМЕЛЬЯНОВА**

На вопросы отвечает
врач-дерматовенеролог,
кандидат медицинских наук
Ольга ДЕМЬЯНОВА



Мне 28 лет. В течение 2 лет встречаюсь с парнем, других половых контактов за это время не было. Недавно он мне сказал, что я его заразила герпесом. У меня никогда не было генитального герпеса. На губах 1-2 раза в год случается, а в других местах не было ни разу. Может ли быть такое, что заражение генитальным герпесом произошло давно, и человек об этом не догадывался, а проявления появились только сейчас? Могу ли я быть зараженной, передавать инфекцию другим, но не болеть? Можно ли проверить, как давно заразился мой парень?

Может быть и так, и эдак. Первичное инфицирование вирусом простого герпеса замечают далеко не все (особенно его клинические проявления).

А это значит, что можно получить инфекцию и долгое время не знать об

этом. Затем под влиянием провоцирующих факторов инфекция может активизироваться, что приводит как к появлению высыпаний, с присущим им букетом ощущений, так и к выделению вируса в окружающую среду и заражению контактных лиц.

В вашем случае возможны несколько вариантов.

1. Вы оба заражены давно, просто у парня герпес впервые проявился сейчас.
2. Он заражен давно, проявления появились сейчас, а Вы не заражены (или заразились от него недавно).
3. Вы заражены давно, но проявления появились только сейчас, хотя парень заразился от Вас.
4. Его заболевание может быть обусловлено вирусом простого герпеса I типа (обычно вызывающего герпес на губах), который мигрировал по нервной системе в поясничные узлы (такой вариант тоже доказан).

Как-то разобраться в этой «каше» лабораторным путем можно, хотя не со 100%-ной гарантией. Для этого нужно методом ПЦР определить, каким типом вируса простого герпеса вызвано поражение у парня (I или II). Затем вам обоим надо сдать кровь на антитела к этому типу вируса. Если выявятся антитела класса IgM, значит, имеет место не-

давнее заражение, если только антитела класса IgG, то это указывает на давнишнее знакомство организма с вирусом. Однако, IgM вырабатываются довольно недолго, поэтому надо торопиться.

А вообще, оно вам надо? Герпес-то никуда не денется, а денег потратите...

Скажите, пожалуйста, защищает ли презерватив от заражения папилломавирусом и вирусом герпеса?

Вирусные частицы, конечно, мельче, чем поры латекса. Поэтому вирусы и герпеса, и папилломы через презерватив проникать способны. Однако это происходит менее массово, чем без защитных средств. А единичных вирусных частиц, пролезающих сквозь презерватив, для заражения недостаточно.

При этом не стоит забывать, что выделение вируса, как при герпесе, так и при папилломавирусной инфекции, может происходить с других участков кожного покрова, не изолированных презервативом.

Презерватив уменьшает вероятность передачи вирусов герпеса и папилломы человека партнеру, поэтому его рекомендуется использовать. Однако защиту от заражения на 100% он не гарантирует.

ДЕРМАТОЛОГ ОТВЕЧАЕТ

Кандидат
медицинских наук

Ольга ДЕМЬЯНОВА

П

осле операции по склерозированию вен на ногах на коже ног у меня появились темные пятна. От чего это произошло и как от них избавиться?

Пигментация после подобных вмешательств обусловлена выходом из сосудов эритроцитов. Она достаточно стойкая, но в течение 1-1,5 года может пройти сама. Если этого не произойдет, устранить такую пигментацию можно с помощью какого-либо вида глубокого пилинга.

Р

асскажите, пожалуйста, отчего появляются висячие родинки на шее? Можно ли их удалять (перевязыванием ниткой), не опасно ли это? Есть ли какая-нибудь профилактика, чтобы они не появлялись?

Висячие родинки (они же папилломы, доброкачественные кожные полипы) пока не имеют четко установленной природы. Некоторое время назад их появление связывали с вирусом папилломы человека, но подтвердить причинную роль этого вируса не удалось. Поэтому пока их появление с инфекционными причинами не увязывают. Говорят о генетической предрасположенности к появлению этих образований, о провоцирующем воздействии ультрафиолета, о влиянии эндокринного фона на состояние кожи и т. д. Короче говоря, пока никто не знает, почему они появляются и как их появление предотвратить. Так что средств эффективной профилактики пока нет.

Удалять их можно и даже нужно, если они расположены в местах, подвергающихся травматизации (трение, повреждение при мытье, расчесывании и т. п.), так как травма — частая причина злокачественного перерождения. Удалять можно любыми способами, в том числе и перевязыванием ниткой, если нет возможности попасть на более цивилизованные процедуры (диатермокоагуляция, лазерная коагуляция, радиоволновая де-струкция).

П

омогите, пожалуйста! У меня в третий раз за год появляется розовый лишай! Я читала, что он не повторяется. Почему у меня такое происходит?

Не видя Вас, судить сложно, но тут два варианта: или произошла ошибка в диагностике, и у Вас не розовый лишай, или это на самом деле розовый лишай. Во втором случае надо проходить все обследования, какие только можно, для выявления причины иммунодефицита.

Дело в том, что розовый лишай относится к той категории заболеваний, которые не склонны к рецидивам. Но когда такое наблюдается, да еще третий раз в течение года, значит, в организме что-то неблагополучно.

Если Вы на данный момент не получаете какого-либо иммуносупрессивного лечения (кортикостероиды, цитостатики, иммунодепрессанты), которое могло бы объяснить иммуносупрессию, исключайте СПИД, гепатиты, другие тяжелые инфекции, онкологические заболевания и болезни крови.

К

акие средства можно использовать для избавления от пятен и рубцов, которые иногда остаются после угрей?

Если рубцы не очень грубые, можно попробовать сделать их бледнее, мягче и тоньше, длительно применяя местно гель «Куриозин».

М

не 18 лет. Уже несколько месяцев мучаюсь со своими губами. Время от времени на них появляется раздражение в виде маленьких пузырьков, а сами губы становятся шершавыми. Через некоторое время кожа на губах трескается и облезает, как после неудачно-го загара.

Я подумала, что все это из-за губной помады, которая мне не подходит, и перестала совсем ею пользоваться. Но высыпания не проходят. Что это может быть и как избавиться от такой неприятности?

Такое состояние красной каймы губ называется хейлитом. Оно может быть как симптомом какого-то неблагополучия в организме, так и самостоятельным заболеванием.

Наиболее вероятными причинами развития хейлита являются: аллергическая реакция на зубную пасту, кремы, иные парфюмерно-косметические средства, пищевые продукты, медикаменты. Кроме того, кислая, острая и соленая пища, попадая на пораженную кожу, может поддерживать и усиливать воспаление.

Подобные явления также нередко возникают на фоне недостатка в организме витаминов А и В₂.

Зачастую хейлиты осложняются бактериальной и грибковой флорой.

Исходя из вышеизложенного, Вам следует тщательно и придирчиво пересмотреть все, чем Вы пользуетесь для ухода и макияжа кожи лица и губ, принимаемые медикаменты, а также свой рацион.

Обеспечьте поступление в организм достаточного количества витаминов, особенно А и В₂ либо с пищей, либо в виде препаратов.

Для снятия острого воспаления можно использовать крем «Тридерм», а для увлажнения и смягчения — крем «Депантен».



ОРИГИНАЛЬНАЯ ОТКРЫТКА

Из листа цветного картона, листа цветной бумаги и двух пуговиц получится прекрасная настольная поздравительная открытка.

Отрежьте от листа картона полосу для «воротничка» такой ширины, чтобы ее можно было свернуть вдвое. Сложите картон пополам, приклейте к сгибу «галстук», вырезанный из бумаги другого цвета или куса подходящих по рисунку обоев. Приклейте его так, чтобы «узел» был объемным, для чего немного сдвиньте друг к другу верхние уголки «галстука». Полосу для «воротничка» сложите вдвое, отогните уголки и приклейте их к открытке, а на уголки наклейте пуговицы. Внутри открытки напишите папе поздравление.



ПЕРВОЕ ПРИЗНАНИЕ

Ваш малыш еще слишком мал, чтобы сделать подарок своими руками? Но он, наверняка, в состоянии нарисовать каракули на листке бумаги.

Вырежьте несколько бумажных кругов диаметром чуть меньше компакт-диска (CD). Дайте малышу фломастеры и попросите написать

поздравление для папы. Потом выберите тот круг, что вам больше понравится, и наклейте его на старый диск. С обратной стороны приклейте сложенную пополам полосу картона, чтобы диск можно было ставить, как рамку, или магнит, чтобы повесить на холодильник. На второй диск можно приклеить фотографию малыша.

ПАПЕ-СЛАДКОЕЖКЕ

Многие мужчины любят сладкое. Если ваш папа такой же, подарите ему целый горшок конфет и шоколадок.

Купите среднего размера пластиковый горшок для комнатных растений. Если есть возможность, выкрасите его в какой-нибудь яркий цвет. Из ткани выкроите



те подобие галстука, наклейте его на кусок тонкого картона, а потом на ободок горшка. У вас получится горшок в галстуке. Остается наполнить его вкусняшками.

ПОДАРОК ПАПЕ

Как легко сделать подарок маме! Нарисовал букет цветов или даже просто цветок, подписал «С днем 8 МАРТА, мама!» — и готово! А вот придумать подарок для папы сложнее. Мы предлагаем несколько идей, которые легко воплотить в жизнь, особенно с маминной помощью.

СЕМЕЙНОЕ ФОТО

Если у вас нет фоторамки, сделайте ее сами.

Купите набор из шести кубиков, сложите их в два ряда по три кубика и измерьте длину и ширину полученного прямоугольника. Выберите из семейного альбома шесть фотографий всей семьи или только детей и распечатайте снимки так, чтобы они соответствовали размеру поверхности сложенных кубиков. Переверните снимок изображением вниз, намажьте клеем и выложите поверх него кубики, дайте клею высохнуть и разрежьте фотографию канцелярским ножом по границам кубиков.

На другое фото наклейте кубики чистой стороной и также разрежьте ножом. У вас получатся своеобразные пазлы, из которых можно бесконечно складывать любимые изображения.



БЕЗ СЛОВ

Если наклеить на лист картона вырезанный из цветной бумаги абрис детских ладошек, показывающих сердечко, получится отличная открытка к папину празднику.

Сложите лист бумаги пополам и положите на него ладошку так, чтобы указательный и большой палец касались сгиба. Когда будете обводить ладошку, линии этих пальцев не закругляйте, а продолжите до сгиба. Вырежьте абрис, разверните лист, в середине у вас должно получиться «сердечко». Закруглите абрис и приклейте на картон.

Подготовила Галина УШАКОВА



ИДЕАЛЬНЫЙ МАКИЯЖ СВОИМИ РУКАМИ

В прошлом номере «Весты» я увидела на фото, как кардинально может изменить внешность всего лишь правильно нанесенный тон. Меня эти изменения поразили и захотелось тоже преобразить себя подобным образом. Но лицо у меня другое, поэтому приемы, которые вы описали в статье, мне не подходят. Я опытный и уверенный «визажист», крашусь с 16 лет, люблю тщательный и неброский макияж. Но ничто не сравнится с возможностью так изменить свою внешность, чтобы получились чуть ли не новые черты лица.

Напишите, пожалуйста, еще о приемах макияжа, позволяющих кардинально улучшить внешность. Надеюсь, я смогу с этим справиться сама.

Вы правильно поняли и написали перспективы перекраивать черты лица без хирургического вмешательства, одним лишь росчерком кисти, если можно так сказать. Возможность изменить свою внешность, всего лишь обзаведясь несколькими косметическими средствами и кисточками — это не фантастика, а современные приемы визажистов. И называются они КОНТУРИНГ.

Контуринг вошел в моду после того, как известные голливудские красотки стали выкладывать в Интернет свои фото, лица на которых были расчерчены темными и светлыми тональными средствами. После растушевки оттенки тона, за счет игры света и тени, так выравнивали их черты, что они становились идеальными.

В прошлом номере мы поместили фото девушки до и после контуринга. Сегодня мы поговорим о нем подробнее.

ПОДГОТОВКА

Для создания «нового» лица вам потребуются:

- ваши тональное средство и пудра, которыми вы пользуетесь каждый день
- три тональных средства: на один, два и три тона темнее вашего природного цвета кожи (лучше всего подойдет кремообразный консилер)
- тональное средство на один-два тона светлее вашего природного цвета кожи
- пудра-бронзат
- хайлайнер.

Два последних средства нужны, чтобы максимально смягчить и растушевать границы оттенков, для придания внешности гармоничной завершенности.



НАЧАЛО

Начинать следует с нанесения вашего обычного тонального средства. Оно выравнивает кожу. Зафиксируйте тон пудрой.

Приступаем к созданию образа, корректируя отдельные участки лица.

ВНИМАНИЕ! Рисунок наносится на лицо не точками, а линиями!

ЛОБ

Даже если вы считаете, что ваш лоб не нуждается в корректировке, поработать с ним все равно придется, так как правильно нанесенные светотени на лбу добавляют объема всему лицу.



ПЕРВЫЙ ШАГ. Нанесите коричневый консилер на один тон темнее вашего по краю лба у линии роста волос.

- Если следует немного сузить лоб, у висков полосу проведите до самых бровей.
- Если лоб узкий, а вам хотелось бы сделать его пошире, проведите тонкую линию у самых волос.
- Если вам надо убрать высоту лба, нанесите полосу самым темным тоном вдоль линии роста волос сверху, а затем еще одну — тоном светлее. В итоге темная полоса должна получиться такой ширины, на какую вы хотите сделать лоб ниже.

ВТОРОЙ ШАГ. Высветлите середину лба от переносицы и выше. Если лоб следует расширить, нанесите до самых висков светлый тон.



СКУЛЫ

Выразительности скул при контуринге уделяется особое внимание: они придают внешности скульптурность и благородство.

ПЕРВЫЙ ШАГ. Мысленно проведите прямую линию от верхних точек ушей к уголкам рта, втяните щеки и по впадинам нанесите три оттенка темного тона один над другим, начиная с самого темного (см. фото).

ВТОРОЙ ШАГ. Выше линии темного тона до глаз нанесите светлый тон. Если хотите больше выделить скулы, нанесите немного светлого тона на щеки под темной полосой.

ВНИМАНИЕ! Если у вас узкое лицо, самым темным тоном проведите по впадинам одну тонкую линию, иначе вы визуально его сузите еще больше.

НОС

С помощью контуринга нос можно сделать более изящным и даже немного его укоротить.



ПЕРВЫЙ ШАГ. Нанесите темный тон или бронзат, в зависимости от того, насколько надо сузить нос. Бронзат лишь слегка корректирует ширину носа.

- Если надо создать эффект узкой переносицы и сузить нос по всей длине, наносите темный тон на боковые части носа сверху донизу.
- Если широковаты только крылья носа, а переносица узкая, наносите темный тон по бокам расширяющимся к низу треугольником.
- Если вам кажется, что нос длинноват, затемните самый его кончик.

ВТОРОЙ ШАГ. Высветлите хайлайнером спинку носа.

ТРЕТИЙ ШАГ. Длинная узкая граница между темным и светлым требует особенно осторожной растушевки. Спинку носа нельзя оставлять слишком светлой, поэтому желательно воспользоваться не тоном, а хайлайнером. Его можно будет добавить поверх уже растушеванного макияжа.

ГУБЫ

Контуринг позволяет немного сузить рот и добавить губам пухлости.



ПЕРВЫЙ ШАГ. Нанесите светлый тон в самые уголки рта, если вам кажется, что рот широковат. Высветлите также ложбинку под носом, чтобы визуально приподнять верхнюю губу и добавить ей объема.

ВТОРОЙ ШАГ. Если вам нравятся губки «бантиком», в самую середину ложбинки под носом добавьте тонкую полосочку темного тона. Сама ложбинка станет более фактурной, и получится «бантик». Растушевывайте темный тон так, чтобы углубление ложбинки доходило до красной каймы губ.

ПОДБОРОДОК

Игра света и тени на подбородке может сделать его шире, уже или короче.



ПЕРВЫЙ ШАГ. Нанесите на подбородок светлый тон.

- Если надо немного сузить и удлинить подбородок, то узкой полосой.
- А если хотите придать подбородку овалности, — на весь подбородок.

ВТОРОЙ ШАГ. Чтобы немного расширить и укоротить слишком узкий и длинный подбородок, нанесите светлый тон на самый его кончик, а в ямку под нижней губой и по контуру нижней челюсти — темный тон.

Растушевывайте от линии подбородка не только вверх, но и вниз, на шею.



ШЕЯ

Шея будет казаться тоньше и длиннее, если высветлить косточки ключиц хайлайнером и растушевать.

ВНИМАНИЕ — РАСТУШЕВКА!!!

В контуринге — это самый ответственный этап. Помните, нельзя прорисовывать каждую деталь внешности отдельно. Сначала наносят весь рисунок и только потом приступают к растушевке.

Для растушевки светлого тона лучше всего использовать спонж в форме яйца.

А для темного — кисть. Если вы заметили, что переборщили с темным тоном, добавьте немного своего тонального крема-основы.

Сначала растушевывают темные полосы от середины лица к ушам и линии роста волос в такой последовательности: боковые поверхности носа — скулы — верхняя губа — подбородок — лоб.

Когда темный тон растушеван, спонжем растушуйте светлый, максимально сглаживая границы.

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ АККОРД

Большой кистью распределите по всему лицу тонкий слой вашей пудры, чтобы закрепить результат. Затем маленькой пушистой кистью пройдитесь бронзатором по областям с темным консилером, а светлым хайлайнером — по высветленным участкам.

И ГЛАВНОЕ! Создав себе идеальное лицо с тонкими красивыми чертами, не забудьте нарисовать брови, глаза и губы. Макияж должен быть выполнен очень тщательно.

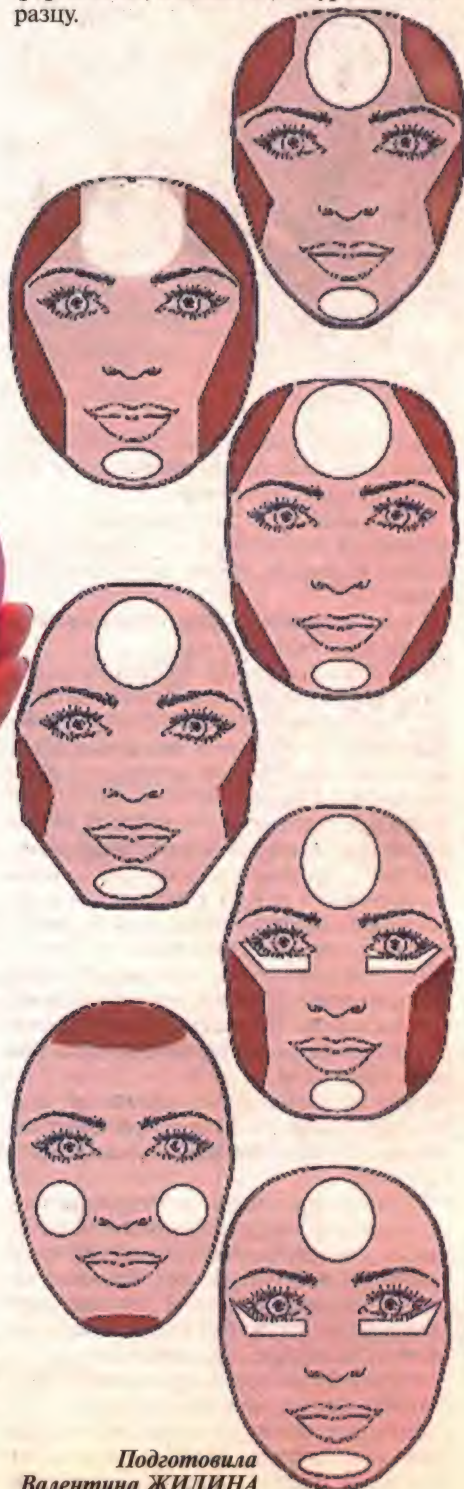
МАЛЕНЬКИЕ ХИТРОСТИ КОНТУРИНГА

- Подбирая тональные средства и консилеры для контуринга, избегайте красноватых и оранжевых оттенков. Вместо скульптурной тонкости черт они сделают макияж грубым.
- Покупая хайлайнер для контуринга, не берите тот, что содержит крупные,

заметные невооруженным глазом мерцающие частицы. Хайлайнер должен быть чуть светлее натурального тона кожи и придавать ей легкое, едва заметное сияние.

КОНТУРИНГ ПО ФОРМЕ ЛИЦА

Мы рассказали об основных принципах контуринга, но точное расположение темных и светлых полос зависит от формы лица. Внимательно посмотрите на иллюстрации, выберите то изображение, что больше соответствует вашей форме лица, и делайте контуринг по образцу.



Подготовила
Валентина ЖИЛИНА

ЭВКАЛИПТ шаровидный

Eucalyptus globulus Labill.

липта — хорошее профилактическое противораковое средство.

Аптечные готовые препараты: настойка эвкалипта, эвкалиптовое масло, хлорофиллипт.

Эвкалиптовое масло входит в состав многих препаратов, применяемых при болезнях верхних дыхательных путей (пектусин), для ингаляций (ингалипт, ингакамф) при ангине, стоматите, рините, гингивите и других заболеваниях, а в виде мазей — наружно для растирания в качестве отвлекающего средства (эфкамон) при невралгии, артрите и миозите. Эфирным маслом заряжают карманные ингаляторы, которыми пользуются при простудных заболеваниях дыхательных путей.

ВНИМАНИЕ! Эвкалиптовое масло — сильное средство. Его нельзя применять одновременно с химиотерапевтическим лечением, не рекомендуется детям до 2 лет.

● Как противомикробное, антисептическое, болеутоляющее средство при ангинах и хронических тонзиллитах — для приема внутрь и полосканий применяется отвар листьев эвкалипта. 10 г листьев заливают 1 стаканом горячей воды, кипятят 5-10 минут на водяной бане, фильтруют через 2-3 слоя марли и охлаждают до комнатной температуры. Принимают по 1/4 стакана 3-4 раза в день. (Для ингаляций и полосканий требуется 1-2 ст. ложки измельченного сырья на 1 стакан воды.)

● При острых желудочно-кишечных заболеваниях, кашле, как отхаркивающее и дезинфицирующее средство, при заболеваниях дыхательных путей, ларингитах, трахеитах, катаральных и гнилостных бронхитах, плевритах, абсцессах и гангрене легких; для промывания ран, язв, свищей, флегмон, при гнойных маститах, открытых переломах, хроническом остеомиелите и др. принимают настой: 1 ст. ложку листьев заливают 0,5 л кипятка в термосе — суточная доза. Настой для наружного применения готовят из расчета 2 ст. ложки листьев на 0,5 л кипятка.

● В гинекологии — при эрозиях шейки матки и кольпитах, в офтальмологии — при лечении блефаритов и конъюнктивитов, в дерматологии — при некоторых гнойничковых заболеваниях применяются отвар и настойка листьев эвкалипта.

Отвар: 30 г сырья заливают 1 стаканом го-

рячей воды, кипятят на водяной бане 30 минут, остужают, процеживают и доводят объем до исходного. Используют наружно разводя кипяченой водой в соотношении 1:1.

Настойка: 20 г измельченного сырья помещают в стеклянную тару с плотно закрывающейся пробкой, заливают 100 мл 20%-ного спирта и настаивают 10-15 дней в теплом месте. Принимают по 15-30 капель 3 раза в день в 1/4 стакана воды.

● При радикулите, люмбаго, невралгиях, ревматизме, миозите настойку используют для купирования болей, втирая ее в больное место, и укрывают шерстяной тканью. Процедуру повторяют 2 раза в день. Курс лечения — 1-2 недели.

● При бронхитах и бронхиальной астме эффективны ингаляции эфирного эвкалиптового масла.

● Для профилактики гриппа и простудных заболеваний используется эфирное масло, растворенное в подсолнечном (1:50), для смазывания носовых ходов.

● Раны лечат примочками из настоя эвкалипта: 100 г листьев на 1 л кипятка.

● При болях в кишечнике, гастрите с пониженной кислотностью, бронхиальной астме, острых респираторных заболеваниях принимают внутрь отвар листьев: 10 г сухого измельченного сырья на 1 стакан горячей воды, кипятить 15 минут, процедить, довести объем до исходного. Принимать от 1 ст. ложки до 1/4 стакана 3-4 раза в день.

● При гриппе, трахеите, бронхоэктатической болезни и плеврите эвкалиптовое масло используют для ингаляций: по 10 капель на 0,5 л воды.

● При кольпитах, эрозиях и язве шейки матки эвкалиптовое масло применяют для тампонов.

● При заболевании почек и урогенитального тракта принимают аптечную настойку эвкалипта по 15-30 капель 2-3 раза в день.

● При ожогах, обморожениях, ранах применяют настой листьев: 10 г измельченного сырья на 1 стакан воды, кипятить 5 минут, настаивать 30 минут, процедить, добавить 2 ст. ложки меда. Используют в виде примочек или ванн.

● При герпесе наносят на воспаленное место несколько раз в день 2-3 капли эвкалиптового масла.

Лилия ГЛЕБОВА

Вечнозеленое дерево семейства миртовых с прямым стволом высотой до 70 м и мощной корневой системой.

Многие виды этого рода — самые высокие деревья на земном шаре, не имеющие себе равных по высоте, кроме калифорнийской секвойи.

В России эвкалипт шаровидный растет в причерноморских районах.

Кора ствола и ветвей беловато-серая, с отслаивающимся наружным слоем. На побегах разного возраста разные листья. На старых ветвях — очередные, ланцетные, обычно серповидно изогнутые, длиной от 10-30 см и шириной 3-4 см, серо-зеленые, толстые, кожистые, с черешками. На молодых ветвях листья совсем иные: они располагаются супротивно, яйцевидные, длиной от 7 до 16 см и шириной от 1 до 9 см, с сердцевидным основанием и заостренной верхушкой, голубоватые, тонкие, почти сидячие.

В свежих листьях найдены эфирное масло, главной составной частью которого является цинеол, хорошо растворимый в холодной воде, дубильные вещества, органические кислоты, горечи и др.

Запах листьев сильный, ароматный, вкус пряно-горьковатый. В лечебных целях используют листья и добываемое из них эфирное масло.

Эвкалиптовое масло используется при остеомиелите, карбункулах, флегмонах, в гинекологической практике при эрозиях, язвах шейки матки. Его назначают наружно в качестве болеутоляющего и отвлекающего средства при невралгиях, ревматизме, радикулите. Дезинфицирующее действие эфирного масла в 3 раза превосходит действие карболовой кислоты, но менее ядовито.

Масло эвкалипта применяют наружно для лечения рака молочной железы и рака прямой кишки. Настой и отвар из листьев эвка-



ПОЧУВСТВУЙТЕ СЕБЯ

ФЕЕЙ!

Она могла взмахнуть волшебной палочкой и превратить обыкновенную тыкву в сказочной красоты карету для Золушки. А вы хотите несколькими мазками кисти превратить ее в необычный, яркий, запоминающийся предмет интерьера?

Возможно, вас удивит «тыквенная тема» в феврале, а не осенью, накануне Хеллоуина.

Но это не случайно. Тыква, конечно, может храниться долго, но не бесконечно. А после Нового года количество витаминов и полезных веществ остается в ней все меньше, и пищевая ценность этой культуры стремительно убывает. Зато может возрасти ценность эстетическая. Если идеи, которые мы предлагаем вашему вниманию, вдохновят вас.

● Самый простой и очевидный способ использования тыквы для декора — превращение ее в вазу или кашпо для живых цветов. Для этого достаточно просто срезать верхушку и вынуть семена. Для ярких цветочных композиций или для высадки комнатных растений больше подойдет естественный цвет тыквы. А вот для букета из однотонных цветов можно натуральное кашпо раскрасить. Например, нарисовать на нем полосы разной ширины контрастного цвета. Для этой цели подойдет акриловая краска. Она не имеет запаха и хорошо ложится на гладкие поверхности. Какой бы вариант вы ни выбрали, выглядеть ваша композиция будет оригинально и привлекательно, но нужно помнить, что от любого контакта с водой тыква начнет сразу гнить. Чтобы избежать неприятного сюрприза, обязательно выстелите внутреннюю поверхность полиэтиленом, и только после этого ставьте внутрь тыквы банку, свечу, флористическую губку или горшок с живым растением.





При помощи краски и фурнитуры можно превратить тыкву в очень интересный элемент декора, который оживит интерьер и вызовет много восхищенных взглядов. Совсем не сложно сотворить нежную и романтическую белую тыкву, украшенную завитками из страз, готическую черную с заклёпками-шипам, кокетливую с корсетной шнуровкой. И даже этностиль будет вам по плечу, стоит только проявить фантазию.

Кроме краски и фурнитуры, для декора можно использовать золотые и серебряные листочки, семена и даже конфетки. Все зависит от Вашего вдохновения.

Правда, некоторые фантазии могут потребовать применения технических средств. Для того чтобы сделать на тыкве шнуровку, нужно предварительно срезать дно, вынуть сердцевину, затем просверлить дырочки дрелью или шурупвертом, наклеить люверсы, а потом уже декорировать тыкву лентой.

А можно создать волшебный шедевр при помощи одной только краски, которую наносят по трафарету. А если добавить в нее гипс, она станет более густой, и образует естественные потеки на боках тыквы.



● Если под рукой не оказалось краски, а фантазия бурлит, подойдет тканевая или целлофановая тесьма разной расцветки и ширины. Ею можно обмотать тыкву сверху вниз или по экватору, а можно и так, и так. Можно дополнить тесьму стразами и пайетками. Нужно только помнить, что для надежности тесьму нужно в нескольких местах приклеить к тыкве.



● Необыкновенные гламурные красотишки получатся из тыковок, если «нарядить» их в гипюр или кружево. Нет под рукой необходимого материала? Подойдут ажурные колготки. Главное — не забудьте сделать сверху кокетливую драпировку или украсить тыкву ленточкой с бантиком.



Подготовила Катерина ЧАПЛЫГИНА

Блины, блинчики, оладушки. Все их любят, а уж в Масленицу каждая хозяйка хоть раз, да испечет их для своих домашних. Сегодня мы предлагаем вашему вниманию оригинальные способы подачи блинов и блинчиков. Такое угощение и гостям подать не стыдно.

БЛИНЫ НА ЗАКУСКУ...

БЛИННЫЕ РУЛЕТКИ

Испеките 4 тонких дрожжевых блина на сковороде большого диаметра или 6 штук на сковороде среднего диаметра, смажьте их сливочным маслом и дайте остыть.

400 г филе соленой или подкопченной семги или лосося нарежьте тонкими ломтиками, выложите их поверх блинов. По пучку зеленого лука и укропа мелко порежьте, свежий огурец потрите на крупной терке и слегка отожмите сок. Добавьте к 400 г сливочного сыра зелень, огурец, 1 ст. ложку лимонного сока и 1 ст. ложку цедры лимона. Все перемешайте, выложите поверх рыбы, разровняйте, сверните блины рулетами, заверните в пищевую пленку и положите на ночь в холодильник. Перед подачей снимите с рулетов пленку, порежьте каждый на 4-6 частей и украсьте зеленью укропа.

Если в вашем холодильнике лежит соленая красная рыба, а блинчики вы испекли заранее, можно ограничиться только рыбой и зеленью (без сыра). Кроме зеленого лука и укропа, можно добавить в рулетики листики салатного микса.



ЗАКУСОЧНЫЕ БЛИНЫ ПО-КИТАЙСКИ

Попробуйте приготовить для разнообразия необычные блины с зеленым луком, как их готовят в Китае.

Вылейте в миску 1 стакан кипятка и понемногу всыпьте в него при постоянном перемешивании 2 стакана муки, пока тесто не соберется в шар. Вымесите тесто до однородности и мягкости. Положите шар под миску или полотенце на 30 минут, чтобы тесто «отдохнуло». Разделите шар на 5-6 одинаковых порций. Каждую из них тонко раскатайте, смажьте с помощью кисточки растительным маслом и посыпьте начинкой.

Для начинки: смешайте 0,5 стакана мелко порезанного зеленого лука, 1 ч. ложку натертого на мелкой терке корня имбиря, соль и черный перец — по вкусу. Сверните тесто с начинкой рулетом, затем скручивайте жгутом, пока не получится спираль. Раскатайте ее скалкой до диаметра сковороды. Приготовьте таким образом все блины. Готовьте их на раскаленной сковороде, смазанной растительным маслом. Готовые блины порежьте треугольниками и подавайте с соусом.

Чтобы приготовить соус, смешайте 1/4 стакана соевого соуса, 2 ч. ложки уксуса, 1,5 ч. ложки натертого корня имбиря, 1 ч. ложку красного молотого перца, 1 ч. ложку сахара и пучок рубленого зеленого лука.



ПИРОГ ИЗ БЛИНЧИКОВ С РЫБНО-СЫРНОЙ НАЧИНКОЙ

Для закусочного пирога вам понадобится 8 тонких блинчиков большого диаметра, 2-3 банки консервов лосося в собственном соку и 200 г мягкого сливочного сыра.

Рыбу из консервов отцедите от жидкости, добавьте 1-2 ст. ложки майонеза, рубленую зелень и хорошенько взбейте до однородной массы. Укладывайте блинчики, рыбу и сыр. Поставьте готовый пирог на ночь в холодильник. Перед подачей порежьте его на порционные куски, как торт, а каждый кусок украсьте оливкой, приколов ее шпажкой или зубочисткой.

БЛИННЫЙ ПИРОГ С ОВОЩАМИ

Замесите блинное дрожжевое тесто. Пока оно подходит, приготовьте начинку для пирога. Поджарьте порезанные тонкими пластинками шампиньоны с луком, солью и перцем. Дайте им слегка остыть, добавьте кружочки свежего помидора, порезанные кружочками маслины, натертый сыр и зелень — по желанию, перемешайте.

Испеките блины, смажьте их сливочным маслом. На пирог нужно четыре блина. На три блина выложите понемногу начинки, а на верхний — тонкие кружки помидора и тертый сыр. Поставьте блинный пирог в разогретую духовку, чтобы помидоры испеклись, а сыр расплавился.





БЛИННЫЙ ПИРОГ-ТИРАМИСУ

Приготовьте порционные блины по специальному рецепту, прослоите их сливочным кремом, и у вас получится блинная версия всем известного десерта.

Приготовьте крем: размните 200 г маскарпоне или другого сливочного сыра, добавьте 1 стакан жирных взбитых сливок, 1 ст. ложку жидкого меда, 2 ст. ложки кофейного ликера, осторожно перемешайте и поставьте крем в холодильник.

Приготовьте глазурь: добавьте к 3 ст. ложкам размягченного сливочного масла 1 ст. ложку жидкого меда, 2 ст. ложки кофейного ликера и смешайте до однородности.

Приготовьте блинное тесто: смешайте в миске 2 стакана муки, 2 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки просеянного какао-порошка, 2 ч. ложки разрыхлителя, 0,5 ч. ложки соды и щепотку соли. В отдельной миске смешайте 1,5 стакана молока и 0,5 стакана сметаны до получения однородной массы, добавьте 2 ст. ложки хорошего растворимого кофе, размешивайте, пока кофе не растворится полностью. Вбейте 3 яйца, добавьте 4 ст. ложки растопленного сливочного масла и 2 ч. ложки экстракта ванили. Добавьте сухую смесь в жидкую и перемешайте до однородности. Если тесто для блинов жидковато, добавьте 1-2 ст. ложки муки.

Выпекайте блины на раскаленной сковороде, складывайте стопкой, промазывая каждый блин глазурью. Дайте блинам остыть до чуть теплого состояния. Щедро прослаивайте блины кремом и выкладывайте их по три штуки на порцию. Сверху тоже выложите крем и посыпьте через ситечко порошком какао или тертым шоколадом.



ВНИМАНИЕ! Если вы подаете блины порционно, их лучше печь на маленькой сковороде, чтобы они были небольшого диаметра. Съесть сразу два-три больших дрожжевых блина под силу не каждому.

БЛИНЫ С ШОКОЛАДОМ И ЯГОДАМИ

Приготовьте тесто для толстых дрожжевых блинов, всыпьте горсть размороженной черники и мелко поломанную половину шоколадной плитки, осторожно перемешайте. Наливайте тесто аккуратно, чтобы сохранить ягоды целыми. Готовые блины складывайте стопкой по два-три блина на порцию, смазывая сливочным маслом и поливая растопленным медом.



БЛИНЫ С МОРОЖЕНЫМ

Приготовьте дрожжевое блинное тесто. Пока печете блины, приготовьте к ним шоколадный соус. Нагрейте стакан сливок, добавьте поломанную на кусочки плитку шоколада и, помешивая, держите на огне, пока шоколад не растает полностью.

Разложите блины по тарелкам, поливая каждый шоколадным соусом. Сверху выложите по шарiku ванильного мороженого и посыпьте измельченными орехами.

Блины будут не менее вкусными, если вместо шоколадного соуса полить их сиропом из вишневого варенья-пятиминутки, а сверху положить не только мороженое, но и вишни из варенья.



БЛИНЫ С ДОБАВКАМИ

Очень красиво смотрятся дрожжевые блины, в которые добавлены яблоки с корицей или какао.

Приготовьте блинное тесто по вашему вкусу.

Очищенные яблоки превратите в пюре, добавьте к нему немного сахарной пудры и порошок корицы, перемешайте и выложите в пластиковую бутылку, в крышке которой сделана дырочка диаметром 0,5 см. Вылейте на сковороду порцию теста, спиралью выдавите из бутылки яблочное пюре. Испеките блины с двух сторон, а при подаче переверните спиралью вверх и смажьте маслом.

Для блинов с добавлением какао после первого подъема теста отложите часть, добавьте в нее какао-порошок, ванилин и сахарную пудру. Когда шоколадное тесто поднимется, переложите его в пластиковую бутылку. Пеките так же, как блины с яблоками и корицей.



БЛИНЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Обычно дети с удовольствием едят любые блины и оладьи. Но в праздничную неделю украсьте блины для детворы забавными мордашками из крема, конфет и фруктов.



ПРАЗДНИЧНЫЙ ЗАВТРАК...

Планируете провести праздничный вечер вне дома? Приготовьте любимому необычный завтрак.

ДЛЯ САМЫХ ЛЕНИВЫХ

Тост со сливочным сыром и сердечком из рубленой зелени — прекрасный способ напомнить о своей любви. Приготовить его сможет даже ребенок.



ПИЦЦА С СЕРДЦЕМ

Если вы купите заранее заготовку для пиццы, с вечера натрете сыр, порежете кубиками красный сладкий перец и освобожденный от семян помидор, то утром можно угостить любимого пиццей.

Пока разогревается духовка, налейте в горячую сковороду 2 ст. ложки оливкового масла, положите один измельченный зубок чеснока и прогрейте его в масле, чтобы масло вобрало в себя чесночный аромат. Слейте масло в мисочку, на сковороду выложите перец и, помешивая, держите на огне, пока из него не испарится лишняя влага. Заготовку для пиццы смажьте чесночным маслом, щедро посыпьте сыром. В центре выложите из перца и помидора сердце и выпекайте пиццу, пока сыр полностью не расплавится.



ПИРОЖКИ-РАССТЕГАИ

Достаньте из морозильника и оставьте на ночь в холодильнике упаковку замороженного готового дрожжевого слоеного теста, чтобы оно оттаяло. Заранее обжарьте измельченное вареное мясо с луком и специями. Пока разогревается духовка, вырежьте из теста формочкой для печенья сердечки, немного потяните их за края, чтобы получились бортики, к мясной начинке добавьте порезанный помидор (свежий или консервированный в собственном соку), выложите на каждый кусочек теста по 1 ч. ложке начинки, смажьте бортики взбитым яйцом и выпекайте, пока тесто не станет золотистым.

«СЕРДЕЧНЫЙ» ДЕСЕРТ

Если вы не печете кексы и маффины сами, купите несколько штук в магазине. Из половины пачки размягченного сливочного масла, 1 ст. ложки сгущенного молока и 1 ст. ложки сиропа от клубничного или вишневого варенья взбейте крем.

Осторожно острым ножом отрежьте от кексов верхушки, по шаблону вырежьте в них маленькие сердечки, из кексов ложкой выньте часть мякоти, вместо нее положите крем, накройте кексы верхушками и посыпьте их через ситечко сахарной пудрой.



...И РОМАНТИЧЕСКИЙ УЖИН

Праздничный ужин — неважно, будете вы вдвоем или со всей семьей — требует тщательной подготовки и изысканных блюд.



ЗАКУСКА ИЗ КРЕВЕТОК

На 2 порции: 8 крупных очищенных креветок, 4 помидора черри, 2 ст. ложки мягкого сыра, 1 ч. ложка сливок, соль, сухой эстрагон — по вкусу, 1 ст. ложка оливкового масла, 1 ст. ложка абрикосового или персикового джема.

Для гарнира: салатные листья, 3 ст. ложки коньяка, 6 половинок кураги, 2 ч. ложки винного уксуса, соль и перец — по вкусу.

В сковородке смешайте по 1 ст. ложке коньяка и воды, положите туда вымытую курагу, доведите до кипения и оставьте на 15 минут.

Отварите креветки в подсоленной воде. Разотрите сыр со сливками и эстрагоном до однородной массы и наполните ею помидорчики, предварительно отрезав у них плодоножки и вынув семена. У деревянных шпажек дополнительно заострите кончики. Сложите креветки сердечком и проткните в месте соединения одной шпажкой, внутрь сердечка положите помидор и проткните второй шпажкой креветки и помидор. Разогрейте на сковороде оливковое масло, добавьте джем и слегка обжарьте на этой смеси шашлычки (можно не обжаривать!).

Выньте из коньяка курагу, обсушите и порежьте соломкой. На тарелку выложите салатные листья, курагу, если надо посолите и посыпьте перцем, а сверху — шашлычки. Готовое блюдо сбрызните смесью из 2 ст. ложек коньяка и 2 ч. ложек винного уксуса.

ЕДА ДЛЯ ЛЮБИМОГО

Не забудьте побаловать своих мужчин каким-нибудь особенным блюдом. Они такое внимание очень ценят. И поводов для этого в феврале целых два.

Порежьте подготовленное филе лосося на порционные куски, посолите. Взбейте 2 яйца, добавьте 1 ст. ложку измельченной кинзы, 1 ч. ложку лимонного сока, по 0,5 ч. ложки измельченного корня имбиря и жгучего перца. Разогрейте духовку, смажьте противень растительным маслом. Опустите рыбу во взбитые яйца, запанируйте в миндальных хлопьях или рубленом миндале, выложите на противень и запекайте 10-15 минут.



БАРАНИНА С ЯГОДНЫМ СОУСОМ

Мясо с картошкой любят все мужчины. Возможно, не все любят баранину, но с малиновым соусом она очень хороша.

Очистите картофель из расчета по 2 штуки на человека. Если любите картофель в кожуре, просто хорошенько его вымойте. Порежьте его по своему усмотрению: дольками или кружочками. Пока он обсушивается, разогрейте духовку, щедро смажьте противень растительным маслом, выложите на него картофель, посолите, поперчите, посыпьте чесночным порошком и сухими травами по желанию. Испеките картофель до готовности.

Поставьте сковороду на средний огонь, разогрейте на ней немного растительного масла и добавьте 1 ч. ложку сливочного. Мелко порежьте луковицу и 1 зубок чеснока, обжарьте около минуты, затем прибавьте огонь и выложите на сковороду баранину на косточке, жарьте, часто переворачивая, пока мясо не будет готово и не покроется корочкой. В конце жарки посолите и поперчите. Переложите куски мяса в миску и накройте фольгой, чтобы не остыло. В сковороду влейте 1 ст. ложку вина или винного уксуса, выложите полстакана свежей или замороженной малины, добавьте 1 ч. ложку сливочного масла, посолите, добавьте по вкусу сахар и, по желанию, немного чеснока. Как только сливочное масло закипит, снимите сковороду с огня.

На тарелку выложите картофель с мясом и полейте его малиновым соусом.



ФАРШИРОВАННАЯ КУРИЦА

Просто жареная тушка птицы — очень вкусно, а фаршированная — это уже кулинарный шедевр. Предлагаем попробовать нафаршировать курицу легкой начинкой с ароматом трав.

Кубиками со стороной в 0,5 см порежьте 0,5 луковицы, 2 толстых черешка сельдерея, 1 зеленое кисло-сладкое яблоко, пропустите через пресс 2 зубка чеснока, измельчите по пучку петрушки и кинзы, добавьте горсть клюквы, если есть возможность, несколько листиков шалфея и пару веточек розмарина. Превратите в крошку 5 подсушенных ломтиков белого хлеба и добавьте к начинке, влейте 1 стакан куриного бульона, добавьте 100 г растопленного сливочного масла, соль и перец — по вкусу. Все перемешайте и начините тушку. Если начинка осталась, поместите ее под кожу или выложите на противень, чтобы она запекалась вместе с курочкой на том жиру, который из нее вытопится.

ПИРОГ С КУРИЦЕЙ

Вареное мясо курицы порежьте кусочками, замороженную овощную смесь (по вашему выбору) потушите до полуготовности на сливочном масле, посолите, поперчите. Из готового слоеного бездрожжевого теста вырежьте круг такого диаметра, чтобы его края немного возвышались над бортиком круглой формы для запекания. Из остатков теста вырежьте несколько сердечек разного размера.

Уложите в форму круг теста, на нем разложите курицу и овощи, влейте 0,5 стакана смеси куриного бульона и сливок, посолите и поперчите. Накройте пирог сердечками и выпекайте в разогретой духовке до готовности теста.

Если сердечки будут плотно прилегать к нижнему коржу, обязательно проколите вилкой несколько отверстий, чтобы из пирога выходил пар.



СЛАДКАЯ ПИЦЦА

Обычное песочное тесто тонко раскатайте между двумя слоями полиэтилена, фольги или пекарской бумаги и вырежьте из него корж для пиццы в форме сердца. Смажьте его смесью нутеллы и растопленного шоколада. Посыпьте распаренными и порезанными сухофруктами, кусочками черного и белого шоколада и выпекайте в разогретой духовке до готовности коржа. Достаньте из духовки, выложите по краю marshmallow — жевательный зефир — и на пару минут верните пиццу в духовку, чтобы он немного расплавился.



ИЗЫСКАННЫЙ ДЕСЕРТ

4-6 спелых, но твердых груш тонким острым ножом очистите и вырежьте у них сердцевину, плодоножки оставьте на месте. Если надо, немного подрежьте низ, чтобы груши хорошо стояли. В узкую высокую кастрюлю установите груши, добавьте 1 стакан белого вина, 1/3 стакана сахара, палочку корицы, сок и цедру 1 лимона и столько воды, чтобы груши были полностью ею покрыты. Доведите до кипения на слабом огне и варите, пока груши не станут мягкими. Осторожно выньте груши из сиропа и дайте остыть.

Приготовьте шоколадный соус: в миску, стоящую на водяной бане, поломайте плитку горького шоколада, добавьте 1/3 стакана сахарной пудры, 0,5 стакана сливок и помешивайте, пока шоколад не расплавится. Снимите миску с водяной бани, добавьте 1 ст. ложку сливочного масла, 0,5 ч. ложки ванильного экстракта и 0,5 стакана протертой через сито замороженной малины. Все перемешайте.

В центр десертной тарелки вылейте 1 ст. ложку соуса, положите несколько листиков мяты, если есть, поставьте грушу и сверху полейте ее соусом.

БЛИНЧИКИ НА ВСЮ МАСЛЕНИЦУ

В нашей семье все любят блинчики и почти не едят толстые дрожжевые блины. Поскольку я человек работающий, то блинчики, с которыми много возни, я пеку в воскресенье накануне Масленицы. Завожу большую кастрюлю теста и с перерывами пеку их полдня. Каждый блинчик сбрасываю на блюдо, смазываю с помощью силиконовой кисточки тонким слоем растопленного сливочного масла и скатываю трубочкой. Трубочки сразу перекладываю на большую чистую льняную салфетку, у меня таких семь штук. Как только собираю на салфетке столько трубочек, сколько мы можем съесть за один раз, сворачиваю салфетку конвертом и кладу в холодильник под морозилку.

Трубочки можно разогреть на сливочном масле, а можно развернуть, сложить четвертушками и разогреть. Поскольку они смазаны маслом, то легко разворачиваются, не рвутся и годятся для начинки.

А если к нам в масленичную неделю приходят гости, блинчики уже готовы. **Ирина С., г. Белгород**



КАК Я ПОЛЮБИЛА НУБУК

Я испортила несколько пар обуви из нубука, пока не научилась ухаживать за этим материалом. Теперь уже третий год ношу зимние ботинки из нубука, и они все еще прекрасно выглядят, хотя зимы у нас с частыми оттепелями и мокрым снегом.

Покупая нубуковую обувь, не покупайте средства ухода за ней, в конечном итоге вы выиграете, так как башмаки не придется выбрасывать после первого же сезона.

Вернувшись вечером домой, дайте ботинкам высохнуть, затем хорошенько оботрите чуть влажной тряпкой подошву и каблук, почистите верх сначала ворсистой стороной специальной щеточки для чистки нубука и замши, а потом второй стороной, где щеточка или силиконовая, или резиновая. После этого обрабатывайте обувь водоотталкивающим спреем, потому что нубук больше всего боится воды. Если проводить такую процедуру каждый вечер, ботинки будут хорошо выглядеть не один сезон.

Однажды мне пришлось долго идти по снежно-солевой каше, после чего ботинки так до конца от соли и не отчистились. Купила спрей-восстановитель цвета, побрызгала чистые ботинки — и никаких следов от разводов не осталось.

ВНИМАНИЕ! И водоотталкивающим спреем, и восстановителем лучше пользоваться не в квартире. У них неприятный химический запах, поэтому выйдите на улицу или на балкон и держите ботинки подальше от лица, пока будете обрабатывать, желательно даже дыхание задерживать на это время. А собираясь пользоваться восстановителем, наденьте перчатки: у меня остались на руках мелкие пятнышки, смыть которые с первого раза не удалось.

Не жалничайте, средства для ухода за нубуком не слишком дорогие, к тому же, очень экономные. Советую попробовать и убедиться, что ботинки и сапоги из нубука — это не роскошь, а красивая обувь. **Алина, Татарстан.**



Подготовила Валентина ЖИЛИНА



БЕЗ ХИМИИ

Вы варили холодец или готовили баранье рагу, а теперь с ужасом смотрите на посуду, покрытую слоем жира в палец толщиной? Не отчаивайтесь, отмыть посуду можно, не тратя флакон моющего средства.

● Снимите жир бумажным полотенцем или туалетной бумагой.

● Присыпьте жирную поверхность мукой или сухой горчицей и соберите бумагой скатавшийся жир.

● Разрежьте пополам сырую картофелину, обмакните в пищевую соду и, как губкой, плотно прижимая, протрите кастрюлю или сковороду. Если надо, время от времени освежайте срез и снова обмакивайте в соду. Сочетание картофельного сока и соды замечательно убирает жир.

● Чтобы удалить последние остатки жира, протрите посуду сухим чайным пакетиком.

Теперь кастрюлю можно просто ополоснуть теплой водой, при желании можете вымыть ее с моющим средством. Выгода от такого способа очевидна: посуда чистая, аж скрипит, а главное — трубы канализации не забьются жиром. Он весь в помойном ведре, а не в раковине.

ЦИТРУСОВЫЕ ЦВЕТЫ

Праздничный стол, особенно зимой, невозможно представить без цитрусовых.

● Мандарины легко чистить и есть, поэтому их подают целыми.

● Лимон принято резать тонкими кружочками. Но если предварительно снять с лимона цедру, чтобы кружочки приобрели гибкость, их можно уложить в красивые «бутоны роз».

● А вот подать апельсины так, чтобы их удобно было есть, сложно. Их положено подавать целиком, но тогда они часто остаются нетронутыми, ведь апельсин не так легко очистить от кожуры, как мандарин. Предлагаем порезать апельсины тонкими кружками и свернуть из них подобие цветов. Если рядом с оранжевыми апельсиновыми «цветами» положить зеленые лаймовые и посыпать все это гранатовыми зернами, у вас получится очень красивая фруктовая тарелка.



СЪЕДОБНЫЕ «ВАЛЕНТИНКИ»

Если у вас есть форма для маффинов, приготовьте к празднику съедобные «валентинки». Купите гофрированные бумажные розетки для кексов, поместите их в углубления формы и подогните уголок внутрь краешки розеток. Осторожно налейте тесто и выпекайте до готовности. Готовые кексы получатся в форме сердца.

ЭКСКЛЮЗИВНАЯ ВЕЩЬ

Тонкий трикотажный джемпер незначительного цвета можно переделать в эксклюзивную вещь.

Найдите в своем гардеробе футболку контрастного цвета или в тон джемперу. Разрежьте ее на максимально длинные полосы шириной в 2-2,5 см. У джемпера аккуратно отрежьте воротник, иначе мережка будет собирать его в сборку. Положите между передом и спинкой джемпера разделочную доску и роликовым или канцелярским ножом сделайте на одинаковом расстоянии друг от друга прорезы длиной 0,7-1 см. Прорезайте не более одного ряда за один раз. Продерните сквозь прорезы одного ряда полосу, затем сделайте отверстия следующего ряда, располагая прорезы в шахматном порядке, продерните еще одну полосу, опять сделайте прорезы и опять продерните полосу. И так, пока не получится кокетка из мережки нужного вам размера.

Полоски сшивайте между собой в одну длинную.

Если вы считаете, что без воротника джемпер быстро распустится, обшейте горловину бейкой из полосок.



СЪЕДОБНАЯ МОЗАИКА

Бобовые и зерна кукурузы можно использовать для изготовления необычных салфеток-подставок под тарелки.

Разберите фасоль, горох, чечевицу разных цветов и размеров и зерна кукурузы по отдельным емкостям. Вырежьте основы под салфетки нужной вам формы и размера из тонкой фанеры или толстого дублерина, а из плотного картона трафарет квадратов, кругов или других фигур. Приложите трафарет к основе, свободное пространство щедро покройте эмульсией ПВА, насыпьте фасоль, горох, чечевицу или кукурузу и хорошенько прижмите рукой. Если есть желание, можно каждое зернышко уложить вручную. Заполните всю поверхность основы, дайте клею хорошенько просохнуть и покройте салфетки прозрачным мебельным лаком.



32 Своими руками ОТ ВСЕЙ ДУШИ

Хотите удивить любимых людей и поздравить их с Днем святого Валентина? Сделайте им открытки своими руками.

Удивительно смотрится открытка-раскладушка. Сердце для такой открытки можно вырезать на листе бумаге, а потом вклеить его внутрь листа со словами любви. А можно вырезать два сердца по спирали из отдельного листа, склеить два внутренних самых маленьких, а наружные большие приклеить к двум внутренним частям открытки.

Из обложки блокнота на пружинке получается необычная открытка-медальон. Не менее забавно выглядит «валентинка» в виде божьей коровки.

Для любимой подруги подойдет изящная открытка с кружевом, бусинами и цветочками, а для родителей — с символическими объятиями.

Поскольку любви слишком много не бывает, значит, и открытку с признанием в любви можно украсить множеством сердец.



Подготовила
Валентина ЖИЛИНА



БРАСЛЕТ В СТИЛЕ БАРОККО

Ремешок от часов, небольшой лоскуток фетра, яркие стразы, бисер, иглолка с ниткой и клей — все, что вам понадобится для создания этого браслета.

Вырежьте из лоскутка фетра две детали для будущего браслета, воспользовавшись бумажным трафаретом. На одну из деталей пришейте стразы и бисер так, как подскажет вам ваша фантазия. Теперь приклейте концы ремешков к изнаночной стороне детали. А сверху приклейте вторую деталь, закрывая изнанку первой. Дайте высохнуть, и можете примерять обновку.



ТУФЛИ ДЛЯ РОКОВОЙ КРАСАВИЦЫ

Сногшибательные туфли для праздника всех влюбленных можно смастерить буквально за полчаса. Вам понадобятся лодочки на высоких каблуках, красная акриловая краска, красные блестки, клей ПВА, трафарет и кисточка. Для начала выкрасите подошву туфель в красный цвет акриловой краской. Теперь нанесите на заднюю часть туфель рисунок в виде сердечка с помощью трафарета. Намажьте сердечко клеем и обильно посыпьте красными блестками. Излишки блесток стряхните. Также поступите со вторым сердечком. Ваши туфли готовы.

Подготовила Марина ГРУЗДЕВА

Размер 46-48. Длина по спинке 83 см.

БЕЖЕВОЕ ПАЛЬТО

Даже начинающим мастерицам не составит труда связать такое пальто! Несложный узор, свободное вязание, толстые нитки и спицы ускорят эту работу.

А большой воротник и карманы сделают пальто привлекательным.

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: нитки бежевого цвета (шерсть 50%, акрил 50%; 70 м/100 г) — 1100 г; спицы № 8; игла для сшивания; 6 пуговиц в виде цветочка Ø 3,5 см.

Узоры: лицевая гладь — для основного полотна, резинка 2 х 2 — для низа пальто, рукавов, планки и воротника, «путанка» — для отделочных полос нижней части пальто и рукавов.

Описание узора «путанка»: набрать четное количество петель (например, 10).

1-й ряд: * лиц., изн. *, от * до * повторять до конца ряда.

2-й ряд: лиц. п. вязать изн., изнаночные — лицевыми.

Узор повторять со 2-го ряда.

Описание работы

Перед, правая полочка: набрать на спицы 22 п. Вязать: 6 р. резинкой 2 х 2, 5 р. лиц. гладью, 5 р. узором «путанка», 5 р. лиц. гладью, 5 р. узором «путанка», 5 р. лиц. гладью, 5 р. узором «путанка», 2 р. лицевой гладью. Отступив от центра полочки 4 п., закрыть 10 п. для кармана. Заранее связать мешковину кармана из 10 п. и 15 р. в высоту, петли мешковины не закрывать и заменить ими закрытые для кармана 10 петель. Далее продолжить вязание полочки лицевой гладью. От линии бедер до талии сделать 3 убавления по 1 п. Довязав до проймы, закрыть 4 п. сразу. Далее по линии реглана убавлять по 1 п. через ряд, пока на спице не останется 6 п. для горловины. 3 п. закрыть со стороны центра полочки, остальные связать, убавляя по 1 п. в начале ряда.

Левую полочку связать симметрично правой.

Спинка: набрать на спицы 44 п. Вязать: 6 р. резинкой 2 х 2, 5 р. лиц. гладью, 5 р. узором «путанка», 5 р. лиц. гладью, 5 р. узором «путанка», 5 р. лиц. гладью, 5 р. узором «путанка», остальные ряды до проймы вязать лицевой гладью. От линии бедер до талии сделать 3 убавления по 1 п. Довязав до проймы, закрыть по 4 п. с каждой стороны сразу. Далее по линии реглана убавлять с каждой стороны по 1 п. через ряд, пока на спице не останется 8 п.

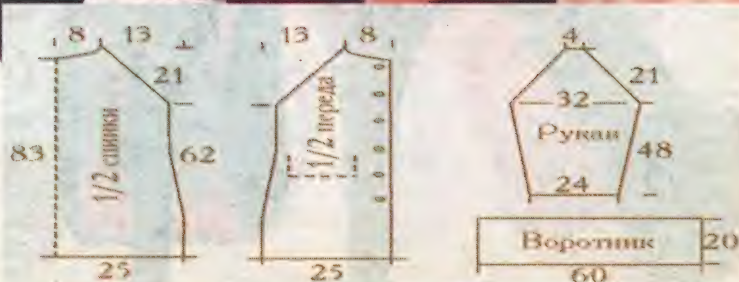
Рукав: набрать на спицы 17 п. Вязать: 6 р. резинкой 2 х 2, 5 р. лиц. гладью, 5 р. узором «путанка», 5 р. лиц. гладью, 5 р. узором «путанка», остальные ряды до проймы вязать лиц. гладью. Провязав 10 р. от начала рукава, сделать по три прибавки с каждой стороны через 6 р. Довязав до проймы, закрыть по 4 п. с каждой стороны рукава сразу. Далее по линии реглана убавлять с каждой стороны по 1 п. через ряд, пока на спице не останется всего 3 п.

Планки для полочек: набрать из края полочек петли: из 3 поперечных п. вытянуть по 1 п., 1 п. пропустить (в этом случае будет соответствие полотен в продольном и поперечном вязании).

Связать 7 р. поперечной планки резинкой 2 х 2. В 3-м ряду на правой полочке сделать 6 петель для пуговиц в заранее намеченных местах.

Воротник: сшить линии реглана и набрать из горловины (включая планки) 76 п. (недостающие петли следует провязать из протяжек между петлями). Связать 20 р. резинкой 2 х 2. Закрыть петли.

Сборка: сшить рукава, боковые швы, к левой полочке пришить пуговицы.



Размер 46-48. Длина по спинке 90 см.

ГОЛУБОЙ КАРДИГАН

Тренд сезона — пальто-кардиган, связанный узором «косы»!
Укороченные свободные рукава, застежка «молния» впереди и
капюшон на «молнии» с узором из длинных петель, который легко
превращается в большой воротник, делают эту модель невероятно
привлекательной.

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: нитки бирюзового цвета (шерсть 50%, акрил 50%; 150 м/100 г) — 850 г; спицы № 3,5; игла для сшивания; 2 застежки-«молнии»: длиной 80 см для переда и 30 см для капюшона.

Узоры: по схеме — «косы», резинка 2 х 2 — для низа кардигана и рукавов, узор из длинных петель — «мех».

Один из способов вязания длинных петель, имитирующих мех по лицевой глади (количество петель в ряду может быть любым):

1-й ряд: изн. п.

2-й ряд: 1-ю п. снять, * связать 1 лиц., не снимая ее со спицы, перенести нить вперед и обвить вокруг большого пальца левой руки. Перенести нить за работу и вязать 1 лиц. из нити за этой петлей (из протяжки между петлями). Протянуть последнюю петлю на правой спице через предпоследнюю (приподняв предпоследнюю петлю левой спицей). Таким образом блокируется вытянутая петля узора «мех» *. От * до * повторить провязывание всех петель до конца ряда. Узор повторять с 1-го ряда. Вытянутые петли вязать в четных (лицевых) рядах.

Описание работы

Перед, правая полочка: набрать на спицы 48 п. (4 раппорта по 11 петель, плюс 2 изн. п. для симметрии, плюс 2 кром. п.). Вязать вверх 30 р. резинкой 2 х 2, затем прибавить по 1 п. через 10 п. так, чтобы прибавка была в центре «косы». Далее вязать по схеме прямо, без изменения количества петель.

Для горловины закрыть сразу 10 п., затем 3, 2, 1, 1, 1, 1, 1, 1. Далее до плеча по линии горловины вязать прямо. Со стороны проймы убавлений не делать.

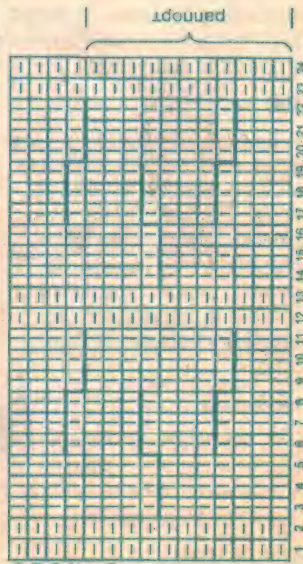
Левую полочку вязать симметрично правой.

Спинка: набрать на спицы 92 п. (8 раппортов по 11 п., плюс 2 изн. для симметрии, плюс 2 кром.). Вязать вверх 30 р. резинкой 2 х 2, затем прибавить по 1 п. через 10 п. так, чтобы прибавка была в центре «косы». Далее вязать вверх «косами» по схеме до горловины. Затем по центру закрыть сразу 32 п., а потом 3, 2 и 1 п. Петли для плеч закрыть все сразу в одном ряду.

Рукав: набрать на спицы 59 п. (5 раппортов по 11 п., плюс 2 изн. для симметрии, плюс 2 кром.). Вязать вверх 30 р. резинкой 2 х 2, затем прибавить по 1 п. через 10 п. так, чтобы прибавка была в центре «косы». Далее вязать вверх «косами» по схеме до нужной длины. Закрыть все петли в одном ряду.

Воротник-капюшон: сшить плечевые швы. Набрать на спицы из края горловины 80 п. Выделить по центру 2 п., рядом с которыми в процессе вязания сделать по 6 прибавок с каждой стороны через каждые 4 р. Вязать вверх узором «мех». Через 25 см вязание разделить. Вязать далее каждую часть отдельно узором «мех», убавляя с каждой стороны по центру по 1 п. через ряд. Связав каждую половинку воротника на высоту 32 см, закрыть все петли сразу.

Сборка: сшить рукава, боковые швы, вшить рукава в проймы. Пришить застежку-«молнию» по центру кардигана и по верхней части воротника-капюшона. Молнию располагать по верху (со стороны изнаночной глади).



Условные обозначения:

- — изнаночная петля
- — лицевая петля
- □ □ □ — 3 п. перекрестить влево: 3 п. оставить на вспом. спице перед работой, 3 лиц., затем провязать лиц. 3 п. со вспом. спицы
- □ □ □ — 3 п. перекрестить вправо: 3 п. оставить на вспом. спице за работой, 3 лиц., затем провязать лиц. 3 п. со вспом. спицы.

Подготовила Юлия ИВАНОВА



Тенденции весенне-летнего сезона 2015

Самые актуальные тренды для настоящих модниц

Деним

Ведущие дизайнеры делают ставку на джинсовую одежду. Из денима предлагается огромный выбор брюк разнообразных фасонов, традиционных курток в новом исполнении, юбок, платьев, костюмов и комбинезонов.

Бахрома

Стильное и яркое украшение в виде короткой и длинной бахромы, выполненной из нитей, цепочек, кожи и замши, — один из ведущих трендов грядущего сезона.

Цветочный принт

Цветы — повсюду: на длинных струящихся платьях, офисных брючных костюмах, джинсах, блузках, плащах и пальто.

А длинные шелковые или шифоновые платья с растительным принтом восхитительны и очень женственны. Они предлагаются для любого времени суток и самых различных ситуаций. Длинные струящиеся платья — на пике моды.

Клетка

Мелкая и крупная, яркая и приглушенная — выбирайте ту, что вам подходит. В моде — любая! Причем, не запрещается одеться в клетчатое с ног до головы.

Замша

Один из самых актуальных материалов — мягкая, бархатистая замша всех существующих оттенков. Из нее шьют как верхнюю одежду, так и юбки, брюки, жилеты, рубашки. Популярны также отдельные детали и украшения из замши — например, бахрома.

Суперкостюм

Яркий, стильный, оригинальный брючный костюм — один из предметов категории must-have в весенне-летнем гардеробе.

Брюки-кюлоты

Новинку будущей весны — укороченные брюки-кюлоты, длиной чуть ниже или выше колена, как расширенные, так и зауженные, модницы определенно не оставят без внимания.

Укороченный топ

Укороченный топ

Полоска обнаженного животика — необходимая деталь модного образа, особенно в вечернем варианте.

Юбка-фартук

Интересная декоративная деталь — юбка-фартук — дополнит платье, брюки или более длинную юбку и позволит разнообразить собственный имидж.

Желтый цвет

Прекрасный выбор для теплого времени года! Одежда в солнечной гамме поможет поднять настроение и точно добавит положительных эмоций.

Белый+синий

Классическое сочетание черного и белого слегка вытесняет более модная комбинация — белого и синего всех оттенков.





ОБУВЬ ВЕСНА-ЛЕТО 2015

Хотите узнать, какая обувь окажется на вершине модного Олимпа будущего сезона? Перед вами – самые актуальные модели и тенденции.

Каблук: шпильки, платформы, толстые каблуки, танкетки, плоская подошва – на выбор. Модно то, что подходит именно вам.

Форма: лодочки с зауженным или острым мыском, округлые сабо подойдут для разных выходов – как в свет, так и на работу.

Кеды и спортивные тапочки – один из самых популярных видов обуви в наступающем сезоне.

Шнуровка, шнурки и завязки – очень актуальная деталь босоножек, туфель, сапог и спортивной обуви.

Летние сапоги уже стали неотъемлемой частью модного гардероба. В наступающем сезоне они также актуальны.

Яркие детали: нестандартная форма каблуков, оригинальные материалы и виды отделки делают обувь акцентной деталью всего имиджа.

Подготовила Марина ГРУЗДЕВА



1



2



3



4



6



5



МОДНО:



7



8

Такое стильное и эффектное украшение одежды, как бахрома, держится на пике моды уже несколько сезонов подряд. И это не случайно, ведь бахрома больше не является лишь элементом разнообразных стилей, а превратилась в абсолютно самостоятельный тренд, который способен внести разнообразие в любую одежду — от делового костюма до вечернего платья. Подберите наряд с бахромой для своего гардероба, ведь наступающей весной это будет настоящий хит!



9

бахрома



10



11



12



13



14



15



16



17





1 Элегантное платье из джерси с эффектом запаха и асимметричной линией талии декорировано длинной бахромой с переходом тона на более светлый.

2 Просторная туника, скомбинированная из гладкокрашеной шерсти и ткани с пейслийским узором, декорирована длинной кожаной бахромой по краям рукавов.

3 Комбинированное трикотажное платье простого фасона украшено тесьмой, выложенной в виде волн, благодаря чему платье выглядит очень оригинально.

4 Костюм, состоящий из жакета длиной до талии с супплатной застежкой и мини-юбки, не требует дополнительных украшений, поскольку он выполнен из эффектной ткани в серую клетку с розовой бахромой.

5 Рубашка из ткани «под леопарда» с бахромой на кокетках, рукавах, клапанах карманов и по нижнему краю прекрасно сочетается с джинсами или кожаными шортами.

6 Нарядный жакет с длинной сверкающей бахромой и крупным украшением на груди вполне способен заменить вечернее платье.

7 Белый жакет с вышивкой украшен длинной черной бахромой по средней линии переда и нижнему краю рукавов, благодаря чему он выглядит очень нарядно.

8 Жакет с эффектом меланжа скомбинирован из одной ткани, причем одни детали сшиты налицо, другие — наизнанку, благодаря чему модель напоминает изделие в стиле пэчворк. Усиливает эффект бахрома из той же ткани.

9 Экстравагантная юбка украшена несколькими слоями бахромы и полосками тесьмы металлической застежки-молнии. Модель хорошо сочетается с простым топом или джемпером.

10 Черное платье простого покроя с длинной бахромой на спинке и рукавах не требует дополнительных украшений и выглядит очень оригинально.

11 Жакет из твида с запахом декорирован бахромой, выполненной из той же ткани.

12 Нарядный удлиненный жакет из жаккардового полотна с длинной бахромой универсален, ведь его можно надеть даже в комплекте с кожаными джинсами!

13 Полочки и спинка этого укороченного трикотажного жакета со смещенной линией застежки на металлическую молнию сплошь расшиты полосками короткой бахромы, выполненной из того же трикотажа.

14 Стильная накидка, дополненная завязывающимся шарфом, украшена бахромой по нижнему краю — хорошее дополнение к комплекту в стиле кэжуал.

15 Экстравагантное платье, украшенное бахромой разного цвета и длины, можно назвать настоящей моделью «от кутюр». Внимание публики к такому наряду гарантировано!

16 Классический блейзер на этот раз тоже обзавелся модной деталью — бахромой на полочках, рукавах и спинке. Еще одна идея для создания актуальной вещицы своими руками.

17 Жакет с цельнокроеными лацканами и баской сам по себе привлекает внимание, а отороченный бахромой становится настоящим хитом гардероба.

18 Оригинальный коралловый жакет с асимметричной застежкой может похвастаться изобилием красивых деталей — отделкой кожаными патами и белой бахромой.

19 Интересная деталь: слегка расклешенная мини-юбка украшена полоской бахромы из шерстяных ниток для вязания.

20 Жакет-болеро с супплатной застежкой и рукавами реглан декорирован длинной бахромой — неплохая идея для переделки старого жакета.

Выбор СВОЕГО мужчины

Разум, сердце и сексуальность — вот, по мнению психологов, три основные стороны нашей личности. И именно от них исходят импульсы-сигналы, которыми мы руководствуемся при выборе партнера.

В идеале, импульсы должны быть равными по силе «звучания» — это будет свидетельствовать о том, что мужчина, ставший объектом нашего повышенного внимания, может в полной мере удовлетворить наши чувства, желания и жизненные потребности. Если же одна из сторон у нас главенствует, когда мы принимаем решение, — вряд ли выбор наш окажется правильным.

«Человек разумный» привлечет нас необычайными возможностями своего высокоразвитого интеллекта и... И всё. А жизнь с холодным разумом, лишенная яркой романтики и пылкой страсти, скорее всего, будет невероятно скучной.

Вряд ли повезет нам и с «чистым романтиком» — потому что кроме романтизма в мужчине должна присутствовать способность к действиям и поступкам. А «романтикам» это как-то не очень свойственно...

Если наш выбор определит сигнал от «сексуальности», хорошего тоже будет мало, поскольку такой выбор обещает нам бурные, но короткие романы, разрывы, слезы и бесплодные мечты о серьезных отношениях...

Что руководит вашим выбором? Ответьте на вопросы теста, и вы проясните для себя ситуацию, а рекомендации, данные в нем, могут стать для вас мини-мастер-классом по «уравновешиванию» разных сторон своей личности.



1. Ваши друзья хотят познакомить вас с мужчиной.

Первым делом вы:

А. Узнаёте его фамилию. Как она будет сочетаться с вашим именем?

Б. Интересуетесь его внешностью.

В. Выясняете всё о его семье.

2. На вечеринке вы разговорились с интересным мужчиной и узнали, что это его первый выход «в свет» после того, как он расстался со своей девушкой. Вы:

А. Даете ему выговориться.

Б. Предлагаете побеседовать об этом наедине.

В. Уходите, не желая тратить время на вытирание слез.

3. Сногшибательный мужчина подходит к стойке бара, у которой вы пьете коктейль. Первая мысль, которая приходит вам в голову:

А. «Какие глаза, какие волосы!..»

Б. «Надеюсь, он здесь без девушки».

В. «Он так классно одет!»

4. Вы собираетесь на первое свидание с новым знакомым. Вы выбираете:

А. Платье, которое всегда приносит вам удачу.

Б. Одежду, в которой вы выглядите наиболее эффектно.

В. Деловой костюм.

5. Ваш новый знакомый признается, что до вас у него не было отношений с женщинами. Ваша реакция:

А. «Это так приятно: быть единственной».

Б. «Странно, а он вообще-то ничего».

В. «Да он просто неудачник!»

6. Ваш лучший друг, с которым вы знакомы еще с детства, признается вам в любви. Вы:

А. Понимаете, что это — судьба!

Б. Также признаетесь ему в любви.

В. Говорите ему, что вам нужно подумать, прежде чем переходить к серьезным отношениям.

7. Ваш мужчина разговаривает по телефону со своей матерью. В это время вы:

А. Прислушиваетесь, о чем идет речь и радуетесь его словам: «моя девушка», «очень счастлив».

Б. Начинаете гладить его по волосам.

В. Представляете, какое впечатление вы произведете на подруг, когда они увидят вас с ним.

8. Самые прекрасные слова, которые когда либо произносил вам ваш партнер, это:

А. «Я люблю тебя».

Б. «Ты лучше всех, любимая».

В. «Я хочу жениться на тебе!»

9. Вы расстались с мужчиной, потому что он:

А. Так и не признался вам в любви.

Б. Не был красавцем.

В. Мало зарабатывал.

А теперь подсчитайте количество букв А, Б и В в ваших ответах.

Если их поровну, примите поздравления: вы способны сделать правильный выбор, остается только ждать, когда Он появится на вашем горизонте.

Если в ваших ответах преобладает какая-то одна буква, вам следует, воспользовавшись советами психологов, попытаться «перенастроить» свою личность в более гармоничном ключе.

Вами правит Сердце

(в ответах больше всего А)

Вы ставите романтику отношений на первое место и ищете не конкретного мужчину, а того, кто может эту романтику вам обеспечить?

Такое возможно лишь в женских романах, а в реальности ваше сердце неминуемо будет разбито. Красивый роман заряжает вас на какое-то время, но медовый месяц не может длиться всю жизнь, если не подкрепить его чем-то более существенным.

Добавьте Сердцу Разума

Прежде чем нырять в омут любви, попытайтесь узнать своего мужчину в обычной обстановке, а не при свете звезд или свечей, оцените, насколько искренен он, признаваясь вам в любви, не преследует ли какие-то свои цели?..

Если он слишком быстро начинает говорить о глубоких чувствах к вам, вы должны насторожиться и не давать сердцу возобладать над разумом. Попробуйте поговорить о чем-нибудь интеллектуальном: о последних фильмах, книгах, которые вы прочитали, о своих увлечениях. Но если разговор неизменно возвращается к сфере чувств, вряд ли у ваших отношений есть будущее. Спросите себя: сможете ли вы не только любить этого мужчину, но и уважать, и ценить его? Есть ли у него цель в жизни и верите ли вы, что он сможет ее осуществить?

Если ответы на эти вопросы отрицательны, заканчивайте этот роман, пока не обожглись!

Добавьте Сердцу Сексуальности

Вы считаете, что все, что связано с интимной стороной отношений между мужчиной и женщиной, неромантично? Возможно, вы просто слишком стеснительны и робки. Поверьте: не обязательно превращаться в женщину со свободными взглядами, просто нужно помнить, что романтика без проявлений сексуальности суха и неинтересна. Прислушайтесь к своим инстинктам и не отвергайте их. Если в ваших отношениях присутствуют и любовь, и интеллект, больше нежности вам совсем не помешает.

Вами правит Сексуальность

(в ответах больше всего Б)

Выбирая партнера, вы обращаете внимание на его внешний вид и сексуальную привлекательность, не задумываясь о человеческих качествах, и надеетесь, что из ваших отношений может получиться что-то серьезное? Но, как правило, интрижки на одну ночь редко перерастают в романы длиной в жизнь. То, что вы сегодня понравились друг другу, не означает, что в дальнейшем между вами вспыхнет любовь. Хотя вы и повторяете, что устали от краткосрочных романов, на самом деле боитесь остаться одна и стараетесь всегда находиться среди мужчин. Вы полагаетесь только на свою женскую привлекательность и совсем не доверяете чувствам и разуму, так как считаете, что ожидая большой любви, можно вообще остаться в полном одиночестве. Вы предпочитаете синицу в руке вместо журавля в небе. Хотя сами понимаете, что на большинство из этих птишек-синичек не стоило тратить и минуты времени.

Добавьте к Сексуальности Разума

При новом знакомстве не спешите использовать свои женские чары. Попробуйте с ним поговорить. Узнайте о нем побольше, определите, насколько он образован, обладает ли чувством юмора, из какой он семьи, попробуйте найти с ним общие интересы... Расширьте свой круг общения за счет мужчин, которые на первый взгляд и не кажутся сексуально привлекательными. И не игнорируйте того, кто спрашивает, какую последнюю книгу вы прочитали. Убедитесь в том, что вы посылаете мужчинам правильные сигналы: нет ничего плохого в том, чтобы выглядеть сексуально, но лучше оставить что-то и для игры воображения.

Добавьте к Сексуальности Сердца

Не пренебрегайте ухаживаниями, провождениями и долгими прогулками под луной. Научитесь воспринимать себя серьезно. Вы достойны большой любви. И запомните: если парень согласен подождать какое-то время, прежде чем переходить к близким отношениям, это означает, что он уважает вас и способен на серьезные отношения.

Вами правит Разум

(в ответах больше всего В)

Вы уверены, что вам нужен мужчина с достойным заработком, стабильным будущим, тот, с которым вы будете спокойны за себя и свою семью, и поэтому вы черкаете из списка возможных кандидатов любого, кто не подходит вам по этим статьям?

Но любовь — одно из самых трудно поддающихся контролю чувств. Выбор, обусловленный чистым прагматизмом, не всегда срабатывает. Не пытайтесь перехитрить свое сердце, если оно не согласно и не стучит в два раза быстрее при одной только мысли о нем. Зачем вам его отличная деловая характеристика, если сам он оставляет вас эмоционально холодной?..

Добавьте к Разуму Сердца

Вы так заняты поиском мужчины, который обладает всеми необходимыми вам качествами, что вам не хватает времени подумать: «А буду ли я с ним счастлива?» А, может быть, вы так ослеплены размером его заработка, что не видите, как ему не хватает эмоциональности и чувствительности? Поэтому, прежде чем перейти к стабильным отношениям, попробуйте задать себе несколько вопросов и честно на них ответить. Действительно ли вам приятно быть рядом с ним? Обладает ли он чувством юмора? Насколько он внимателен к вам? Насколько он вас привлекает? О чем он рассказывает в компаниях?

Ответы на эти вопросы намного важнее, чем его платежеспособность. Помните, что не его кошелек, а он сам должен будет приносить вам в постель бульон, если вы заболите. Способен ли он на преданность? Ведь если он принадлежит к «трудоголикам», которые сутками пропадают на работе, вы можете вообще прожить всю жизнь одна, в бесконечном ожидании...

Добавьте к Разуму Сексуальности

Если в ваших отношениях отсутствуют страсть, их нельзя назвать полноценными. Вы можете утешать себя тем, что главное для вас — надежность вашего мужчины, но психологи утверждают, что пары, в которых игнорируется сексуальная привлекательность, распадаются очень быстро. Не пренебрегайте этой стороной вашей личности. Позвольте себе надеть на свидание более сексуальный наряд. Следующий шаг — свидание с мужчиной, который вам понравился внешне, к которому вас тянет вопреки разуму, в чей платежеспособности вы совсем не уверены...

А вдруг вас приятно удивит тот факт, что помимо практических взаимоотношений существуют и другие, возможные, более ценные?!



Гороскоп

с 15 февраля по 15 марта

Астролог-консультант Николь БУРЯ

ОВЕН. После 15 февраля возможна полоса невезения. Неустойчивое положение на работе и затруднения с финансами могут осложнить жизнь. 22-го и 23-го соблюдайте осторожность в транспорте. С 1 по 6 марта финансовый риск будет крайне неуместным. После 9-го верные друзья и партнеры окажут вам поддержку. Финансовая ситуация будет стабильной. В личной жизни грядут благоприятные перемены.

Неблагоприятные дни в феврале: 17, 20, 22, 28. В марте: 5, 10, 14.

ТЕЛЕЦ. Во второй половине февраля возможны финансовые потери, связанные с юридическими ошибками в документах. В первой половине марта появится возможность компенсировать неудачи прошлого периода и совершить прорыв в делах, связанных с расширением бизнеса, недвижимостью, финансами. Не исключены также подарки судьбы в виде приятных знакомств, а также любовных или дружеских связей.

Неблагоприятные дни в феврале: 17, 21, 25. В марте: 3, 8, 12.

БЛИЗНЕЦЫ. После середины февраля некоторых ждут плохое самочувствие и конфликты с окружающими. Начало марта принесет возможности для укрепления положения и отношений в коллективе. Многих ждут романтические встречи, признания, сюрпризы. Правда, с 10 по 14 марта незапланированные траты и тяга к рискованным операциям могут существенно повлиять на ваш бюджет.

Неблагоприятные дни в феврале: 16, 20, 24, 28. В марте: 5, 10, 14.

РАК. Во второй половине февраля не стоит участвовать в рискованных операциях, принимать ответственные решения. К важным делам лучше приступить после 21-го. В начале марта в карьере наметятся позитивные сдвиги. А развлечения и даже флирт с 5 по 10 марта наполнят жизнь новыми впечатлениями. С 10-го по 13-е есть риск привлечь к себе внимание коварных и не порядочных людей.

Неблагоприятные дни в феврале: 17, 21, 26. В марте: 3, 9, 12.

ЛЕВ. После 15 февраля Фортуна будет помогать в реализации материальных планов. А после 18-го могут напомнить о себе незаконченные дела, возникнет напряженная финансовая ситуация с близкими. В первой половине марта потребуются много сил и упорства для завершения старых дел и отношений. Возможны проблемы, тянущиеся из прошлого. С 7 по 15 марта может ослабнуть иммунитет.

Неблагоприятные дни в феврале: 16, 20, 24. В марте: 1, 6, 10, 14.

ДЕВА. Во второй половине февраля не стоит перегружать себя работой и ненужными встречами. Уделите больше внимания собственному здоровью. В марте, возможно, придется заняться решением важного вопроса, связанного с недвижимостью. Возможно получение неплохой прибыли или кредита на очень выгодных условиях. Удача будет приходить благодаря партнерам, а также поддержке коллег и возлюбленных.

Неблагоприятные дни в феврале: 18, 21, 26. В марте: 2, 7, 13.

ВЕСЫ. После 15 февраля ни особенных успехов, ни больших проблем не предвидится. Расходов будет много: и на хозяйственные нужды, и на детей, и на близких. Начало марта — благоприятный период для серьезных отношений. Брак, заключенный в это время, сулит крепкий и гармоничный союз. С 8 по 14 марта возможно ухудшение самочувствия, у некоторых появятся раздражительность, склонность к ссорам, конфликтам.

Неблагоприятные дни в феврале: 15, 19, 24. В марте: 1, 6, 10, 14.

СКОРПИОН. Вторая половина февраля — благоприятное время для любовных отношений, брака, зачатия здоровых детей, а также творчества. Возможно предложение длительного сотрудничества с хорошими перспективами. Положение планет в первой половине марта позволит урегулировать отношения с окружающими. Дела будут идти неплохо, но ситуация в области финансов не очень определенная.

Неблагоприятные дни в феврале: 18, 22, 25. В марте: 2, 7, 13.

СТРЕЛЕЦ. Во второй половине февраля появятся возможности для профессионального роста, карьерного продвижения, укрепления материального положения. С 1 по 7 марта придется больше внимания уделять семейным и личным отношениям. С 9 по 15 марта путешествия, поездки, командировки и переговоры будут достаточно успешными. Однако, несмотря на успехи в делах, с деньгами могут быть проблемы.

Неблагоприятные дни в феврале: 15, 19, 23, 28. В марте: 5, 11, 15.

КОЗЕРОГ. С 15 по 18 февраля финансовые проблемы могут заметно испортить настроение. Потерпите. После 20 числа обстановка станет более благоприятной, может появиться дополнительный заработок. А в первой декаде марта будет возможность больше времени уделять семье и детям. С 11 по 15 число возможны интересные поездки, встречи, в том числе и романтические, которые могут изменить планы на жизнь.

Неблагоприятные дни в феврале: 18, 22, 27. В марте: 4, 9, 12.

ВОДОЛЕЙ. В период с 15 по 26 февраля не стоит поддаваться соблазну финансовых авантур, делать инвестиции и совершать крупные покупки. В первой декаде марта возможно неожиданное возвращение долгов. Во второй декаде марта тайная любовная интрига может осложнить отношения с супругом. После 11 числа могут появиться средства и желание дома сменить обстановку или сделать ремонт.

Неблагоприятные дни в феврале: 15, 19, 23, 28. В марте: 5, 11, 15.

РЫБЫ. С 15 по 22 февраля звезды не рекомендуют начинать новые проекты, оформлять финансовые документы. После 23 февраля возрастет ваша интуиция, что поможет выбрать правильное направление и в работе, и в личной жизни. Март принесет благоприятное решение финансовых вопросов. Несмотря на большой объем работы, постарайтесь соблюдать режим, полноценно отдыхать и правильно питаться.

Неблагоприятные дни в феврале: 18, 21, 27. В марте: 4, 8, 12.

ЛУННЫЙ ПОСЕВНОЙ КАЛЕНДАРЬ

НА ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ 2015 ГОДА



	Проращивание семян на рассаду или выгонку		Посадка под пленку в теплицы	Высадка в открытый грунт	
	ФЕВРАЛЬ	МАРТ	АПРЕЛЬ	МАЙ	ИЮНЬ
Запрещенные дни для посадки и пересадки растений и начала проращивания семян	17-20	16-21	13, 14, 17-19	10, 11, 17-19	6-8, 15-17

ОПТИМАЛЬНЫЕ СРОКИ ПОСАДКИ И ПЕРЕСАДКИ РАСТЕНИЙ

«ВЕРШКИ» быстрорастущие растения, дающие плоды над землей: бобы, фасоль, горох, чечевица, огурцы, петрушка, салат, шпинат, укроп, сельдерей, лук, зеленные и пряно-вкусовые растения, клубника садовая; газонные травы	1, 2, 23, 24, 28	1, 10, 11, 25-28	6, 7, 21-24	1-4, 21-23, 28-31	1-3, 21, 22, 24-28
«ВЕРШКИ» с сильными корнями: арбузы, дыни, тыква, перец, томаты, баклажаны, кабачки, все виды капусты, кукуруза; злаковые	8-12, 23, 24, 28	10, 11, 14, 15, 22, 23, 27, 28	11, 12, 15, 16, 23, 24	3, 4, 8, 9, 21, 22, 28-31	1, 5, 9, 27-30
«КОРЕШКИ» — растения, дающие плоды под землей: картофель, брюква, морковь, свекла, редис, репа, редька, топинамбур, лук на репку, петрушка на корень, хрен	8-16	7-15	6, 7, 11, 12, 15, 16	6-9, 12, 13, 16	4, 5, 9, 13, 14

РАСТУЩАЯ ЛУНА

22 декабря 2014 — 5 января 2015
21 января — 4 февраля
20 февраля — 5 марта
21 марта — 4 апреля
19 апреля — 4 мая
19 мая — 2 июня
17 июня — 2 июля
17 июля — 31 июля
15 августа — 29 августа
14 сентября — 28 сентября
14 октября — 27 октября
12 ноября — 26 ноября
12 декабря — 25 декабря



УБЫВАЮЩАЯ ЛУНА

6 января — 20 января
5 февраля — 19 февраля
6 марта — 20 марта
5 апреля — 18 апреля
5 мая — 18 мая
3 июня — 16 июня
3 июля — 16 июля
1 августа — 14 августа
30 августа — 13 сентября
29 сентября — 13 октября
28 октября — 11 ноября
27 ноября — 11 декабря
26 декабря — 10 января 2016 года



ПОЯСНЕНИЕ к Посевному календарю

Посевной календарь на первое полугодие 2015 года составлен с учетом фаз Луны и времени прохождения ею знаков Зодиака. Погодные условия и климатические особенности природных зон не принимались во внимание.

Не рекомендуется проводить работы с растениями (запрещенные дни) в период новолуния: 1 день до новолуния, в день новолуния, 1 день после новолуния, а также, когда Луна проходит знак Водолея.

Следует соблюдать предельную осторожность при работе с растениями в первые дни полнолуния и при Луне в знаке Льва — можно повредить корни растений, получить травму.

Следует помнить, что растения, дающие плоды над землей, лучше сажать при растущей Луне (от новолуния до полнолуния), а растения, дающие плоды под землей, хорошо растут, если посев или посадка производятся при убывающей Луне (от полнолуния до новолуния). При проращивании семян учитывалось положение Луны в наиболее благоприятных для этого знаках Зодиака.

На растущей Луне хорошо планировать самые важные и ответственные дела, заключать договора, посещать парикмахерские, отправляться в путешествие, переселяться на новое место жительства, менять место работы.

На убывающей Луне лучше заниматься уже налаженными делами. Рекомендуется делать влажную уборку в доме, стирать белье, убирать одежду в шкаф на длительное хранение.

ЖЕНСКИЕ ШТУЧКИ

Всем известно, какие черты женской внешности привлекают мужское внимание в первую очередь, а также во вторую и в третью. Но часто встречаются мужчины, которые готовы как минимум познакомиться с девушкой, если в ее внешности есть какая-то милая мелочь, причем не случайная, а определенная — деталь, которая им безумно нравится. Другими людьми эти детали обычно воспринимаются, в лучшем случае, как причуды, а в худшем — как недостаток внешности.

Кому-то подобные предпочтения кажутся странными, но психологи с легкостью могут их объяснить. А женщины научились их использовать, чтобы привлечь к себе внимание мужчин. Вот и стали эти «женские штучки» своеобразными «ловушками» для заинтересованных мужчин.

Итак, какие именно «женские штучки» мужчины считают особенно привлекательными?

КОЛЕЧКО В НОСУ

Еще совсем недавно даже две пары сережек в ушах считались чуть ли не вызовом обществу. Но потом изящным и эротичным пирсингом «заболели» многие дамы. И теперь уже не счесть колечек (настоящих и накладных) в женских ноздрях, бровях и пупках. Все эти украшения в непривычных местах редко оставляют равнодушными окружающих. Кого-то раздражают проколы в неположенных (кстати, кто определил, где положено, а где нет?) местах, а кого-то умиляют. «Когда я вижу девушку с крошечным камешком или колечком в ноздре, что-то пробуждается внутри меня. Ничто другое не волнует меня так сильно». **Сергей, 25.**

КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА. Пирсинг подсознательно ассоциируется с проникновением, подчинением в отношениях. Хотя, конечно, было бы наивно считать девушку, проколовшую себе пупок или ноздрю, склонной к подчинению.



ДИКАЯ ПАНТЕРА

Очень долго татуировки были символом принадлежности к преступному миру, а люди с наколками воспринимались негативно и с опаской.

Тату пришло много претерпеть, прежде чем они заботились себе «прописку» в дорогих элитных кварталах и попали на гладкие плечи топ-моделей. До сих пор многих желающих иметь татуировку отталкивает болезненность этой процедуры, и они довольствуются долговременными переводными картинками.

«Девушка с татуировкой сразу привлекает к себе взгляд. Она выглядит как дикая пантера, гибкая, смелая и сексуальная. И даже если тату не настоящая, а просто переводная картинка, девушка все равно выглядит очень соблазнительно». **Андрей, 31.**

КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА. Татуировка на женском теле может преследовать разные цели: желание выделиться, быть непохожей на других, доминировать в отношениях с мужчиной, показать некоторую мужественность своей натуры. Именно эти черты бывают очень привле-



кательны для мужчин с мягким характером.

ДАМА В ОЧКАХ...

Еще хорошо помнится, как в школе дразнили первых появившихся в классе очкариков, как потом их становилось все больше, какое облегчение испытывали они, достигнув возраста, когда уже можно носить линзы, и, сбрасывая ненавистные очки, становились, как все. И вот теперь... Оказывается, многих мужчин очень волнуют дамы в очках. Причем, любители близоруких леди и сами не могут объяснить, почему им так нравятся глаза женщины за «стеклышками». Просто что-то влечет...

«Когда я впервые снимал очки со своей будущей жены, чтобы поцеловать ее, я очень волновался. Без очков она казалась мне почти обнаженной. До сих пор мне больше нравится, когда она носит очки, а не линзы, ведь современные оправы настолько стильно выглядят, что несколько не портят внешность, а, наоборот, добавляют ей неповторимости». **Антон, 27.**



КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА.

Волнение провоцируется контрастом между чувственностью лица и холодом оптических стекол. Снимая очки с женщины, мужчина чувствует, что она остается абсолютно открытой и беззащитной, отдается ему целиком.

ПРИЗНАКИ СТРАСТНОСТИ

Бывает, что и совсем не эстетичные особенности внешности очень притягивают к себе мужчин. Например, волосы на тех местах, где мы изводим их всеми возможными способами, родинки, шрамы, «усики»...

«Меня просто сводят с ума женщины с легким пушком над верхней губой — такими маленькими «усиками». А ведь они даже не подзревают, что их «дефект» может быть очень привлекательным для нас». Эдуард, 29 лет.



КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА. Пушок над верхней губой прежде всего ассоциируется у мужчин с привлекающей их в женщинах страстностью. Другие кажущиеся мелкими «дефекты» воспринимаются, как выражение своеобразия именно этой женщины. Поэтому взгляд мужчин и устремляется к ним.

СВЯЗАННЫЕ ОДНОЙ ЦЕПЬЮ

Тонкая цепочка на шее, уходящая в сокровенные глубины декольте — это очень соблазнительно. Цепочки долго носили исключительно на шее или на запястье. Но со временем это стало казаться немного банальным, и цепочки соскользнули вниз — на живот, на лодыжки, и это очень понравилось мужчинам.

«Тонкая золотая цепочка на голом теле сразу обращает на себя внимание. Не знаю почему, но я всегда по-особенному смотрю на женщину, если замечаю тоненькую цепочку у нее на ноге. Я

начинаю представлять, какая она, что у нее за жизнь...» Юрий, 41.

КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА. Цепочка, как всякая цепь, вызывает в нашем подсознании мысль о связи, любви, страсти...

КОЛГОТКИ?.. НЕТ! ЧУЛКИ!!!

Простые и изысканные, блестяще гладкие и кружевные, на подвязках и без... Чулки в гораздо большей степени, чем колготки, продолжают сводить мужчин с ума.

«Если женщины хотят подстегнуть воображение своих избранников, могут дать им совет: надевайте время от времени чулки. Тогда, прогуливаясь с вами по улице, мужчина будет мучительно думать, что же на вас сегодня: колготки или все-таки чулки?.. И если чулки, то какие — с поясом, на подвязках или без?..» Александр, 43.

КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА. Предметы женского белья удивляют, заставляют работать мужское воображение, вызывают желание познаться поближе с женским телом, прикрытом таким соблазнительным бельем, которое, как будто скрывая, показывает самые соблазнительные места. Все это лишний раз доказывает, что желание рождается именно в голове.

АХ, КАБЛУЧКИ...

В психиатрии фетишист — это человек, поведение которого обусловлено присутствием какого-то предмета. Фетиш — вещь, которая очень сильно возбуждает (в прямом



смысле этого слова). В числе самых признанных мужских фетишей очень часто фигурируют изящные

женские туфли на каблук.

«Я могу говорить о них часами. А все дело — в каблучке...» Игорь, 26.

КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА. Туфли на шпильке вызывают такую привычную реакцию со стороны мужчин не только потому, что делают женские ножки длиннее и стройнее. В этом случае они обращали бы внимание на ноги, обутые в туфли. Подсознательно мужчины, с одной стороны, воспринимают каблук, как олицетворение мужского начала. А с другой, он ассоциируется с властью, ведь раб ходил босым, а хозяин носил туфли.

ВОПЛОЩЕННАЯ ЖЕНСТВЕННОСТЬ

Самая обычная небольшая ракушка. Таких на любом побережье полно. Но превратите ее в кулон, повесьте на кожаный шнурок, и она заставит мужчин восхищаться вами. Ракушка — очень простая вещь, которая не выглядит роскошным украшением, но она удивительна, потому что без слов говорит окружающим о хрупкости, нежности и женственности вашей натуры.

«Это сводит меня с ума. И я не один такой. Это очень эротическое, очень возбуждающее украшение. Я вижу девушку с таким кулончиком на шее и... прощай, здравый смысл!» Марк, 24.

КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА. Кулон в форме ракушки — один из способов подчеркнуть свою женственность и хрупкость. Так же, как некоторое время назад символом мужественности для молодых людей был акулий зуб или волчий клык.

Внимание мужчин и их умиление могут вызвать совершенно разные обыденные вещи из женского гардероба или привычные черты внешности, на которые сами женщины вообще не обращают внимание, считая их

самой собой, разумеющимися, — например, покрытые ярким (или наоборот, очень светлым) лаком ногти на ногах, белые пушистые носки, шелковая одежда, парики, длинные ногти, шляпки, забавные косички... Таких женских штучек, которые нравятся мужчинам, множество. Пробуйте, экспериментируйте! И не стесняйтесь спрашивать своего избранника напрямую: «Как тебе эта вещица?»



ВОТ ТАК ЯЩИК!

Избавляясь от старой мебели, не выбрасывайте ящики от шкафов, тумбочек и комодов. Приложив немного труда и фантазии, вы сможете преобразить их в эксклюзивные детали интерьера.

Вы можете покрасить ящики в нужный вам цвет или искусственно состарить, добавить к ним детали от других старых предметов мебели или использовать только сами ящики.



● Прикрепите небольшие узкие ящики к стене, и вы получите оригинальные полки для размещения декоративных предметов, книг, коллекционных вещей и посуды. Не забудьте покрасить внутреннюю часть ящика (можно наклеить самоклеющуюся пленку или обои).

● Приклейте к днищу ящика винные пробки, вкрутите в них несколько шурупов, прибейте ящик к стене в коридоре. Получится необычная ключница и одновременно поверхность для записок-напоминаний домочадцам.

● Из широкого тонкого ящика от письменного стола или секретера получается замечательный столик-витрина, где вы сможете выставлять свою коллекцию монет, брелоков, зажигалок.

● Небольшой глубокий ящик будет играть одновременно роль полочки под разные вазочки и вешалки для бижутерии.

● Станина от старой швейной машинки плюс ящик от комода и толстое стекло. Вот вам и уникальный журнальный столик.

● Из ящика получается удобный поднос для завтрака в постели. Высокие стенки этого подноса придают ему устойчивости и оставляют меньше шансов пролить кофе на одеяло.

● Если к небольшому, но глубокому ящику прикрепить снизу колесики, а вместо крышки заново обтянутое сиденье от старого стула, получится оригинальный пуфик.

● Для стеллажа или комода понадобятся не только ящики, но и навыки работы с шуруповертом и лобзиком. Можно соединить ящики в произвольном порядке, а можно выстроить горкой.





БУДЬТЕ ВЗАИМНО... любимы

«Он меня просто обожает!», «Он от меня без ума!» — эти и другие подобные заявления можно часто слышать из уст женщин, уверенных, что они любимы. Правда, многие принимают за проявление неземной любви подношения букетов, конфет, приглашения в кино, кафе или ресторан. Но такие знаки внимания оказывают все мужчины в период ухаживания. Вряд ли любовь может проявляться исключительно конфетами и букетами. У любви гораздо больше сигналов. Но умеете ли вы их ловить?

ПОРЫВ ДУШИ

Психологи считают, что у мужчин есть три способа проявления любви. Если вы найдете признаки хотя бы одного из них в отношении к вам вашего кавалера или мужа, будьте уверены: он вас любит. А если сможете оценить проявления его любви и научитесь отвечать на них, то сможете сохранить любовь надолго.

Учтите, что сами мужчины не выбирают тот или иной способ выражения своей любви. Он напрямую связан с их жизненными принципами, взглядами на семейную жизнь и пониманием своего места в ней. Но более всего это — естественное и бессознательное проявление натуры. Если вы правильно поймете, чего он ждет от вашей любви и пойдете навстречу его ожиданиям, а также станете проявлять знаки ответного внимания, то уверенность, что вы — самая лучшая на свете женщина, никогда не покинет его.

ДОБЫТЧИК

Вряд ли вы постоянно слышите из его уст признания в любви, иногда сомневаетесь, так ли уж сильно он вас любит. Но в том, что любит, у вас нет никаких сомнений. Почему? Да потому, что видите, сколько сил он тратит на то, чтобы обеспечить семью, улучшить ее благосостояние. Он никогда не потратит деньги исключительно на себя и свои прихоти. На первом месте у него всегда стоят вы, дети, общесемейные потребности. Ради достойной жизни семьи он из кожи вылезет, потому что именно так он понимает любовь. Ему не нужен повод, чтобы сделать вам подарок, главное — возможность его сделать. Это не значит, что зарабатывает он миллионы. Но мужчины, которые считают себя в ответе за любимую женщину и семью, не станут ждать у моря погоды и сидеть на грошовой зарплате, занимаясь каким-то делом только пото-

му, что оно им нравится, а семья пусть перебивается, как хочет.

ВАШ ОТВЕТ НА ЕГО ЛЮБОВЬ

Хоть и существует мнение, что всякий подарок требует ответного презента, к этой ситуации он неприменим. Конечно, мужчина-добытчик обрадуется, если вы сделаете ему подарок, но для него гораздо важнее получать оценку своим усилиям и благодарность за них. Это позволяет ему чувствовать себя нужным, важным и любимым. Восхищайтесь от души этими красными розами! Благодарите его за новую блузку, рассказывайте, как вы цените его за то, что он так много и успешно работает. Чем больше благодарности и искренней радости он получит от вас, тем сильнее он будет чувствовать собственную значимость и, следовательно, больше любви будет проявлять по отношению к вам.

ВЕРНЫЙ ДРУГ

Иногда вы жалеете, что он редководит вас в люди и еще реже дарит дорогие подарки. Присмотритесь хорошенько, вы просто не замечаете, что ваш муж дарит их вам каждый день, просто они не лежат в красивой упаковке. Его драгоценные подарки вам — это ежедневная, ежеминутная помощь и поддержка во всем. Вы даже не догадываетесь, что многие семьи живут, как бы раз и навсегда разграничив обязанности, что поддержку они оказывают друг другу только в крайне тяжелых случаях. При этом они живут в полном согласии и довольны — и друг другом, и своими отношениями. А вы привыкли к тому, что у мужа всегда найдется время, чтобы пожалеть или успокоить вас, когда вам это необходимо, что он всегда оставит свои дела, если вам требуется помощь. Он

внимательно следит за вашими профессиональными успехами, дает вам советы и оказывает посильную помощь, хотя работает в другом месте и совсем по другой специальности. Ведь, когда бы вы ни попросили, он всегда приходит вам на помощь — и без лишних слов.

ВАШ ОТВЕТ НА ЕГО ЛЮБОВЬ

Воспринимая мужа не только как любимого мужчину, но и как постоянную палочку-выручалочку, вы, возможно, даже не догадываетесь, что он тоже нуждается в вашей поддержке и помощи. Женщина часто склонна думать, что мужчина оказывает ей помощь исключительно ради самоутверждения. Однако, это не так. Он хорошо знает, насколько важна для вас его помощь. Так отвечайте добром на добро, любовью на любовь, помогайте и поддерживайте его и в трудных ситуациях, и в хобби. Переломите себя и хоть раз сходите с мужем на футбол и съездите на рыбалку. Возможно, вам это тоже понравится. А уж как муж будет рад!

ЛЮБЯЩИЙ РУКАМИ

Вкинотеатре он всегда держит вас за руку, когда идете по улице, подстраивается, чтобы можно было идти под руку, пропуская вперед в дверях, обязательно придерживает за талию. На диване перед телевизором сидит так, чтобы ваши плечи соприкасались, да еще норовит приобнять за плечи. И никогда не открывает дверь своим ключом, зная, что вы дома. Он звонит, чтобы вы открыли дверь, обняли и поцеловали его. Для многих мужчин прикосновения важнее, чем слова. А для тех, кто любит руками, особенно. Им

кажется, что прикосновения создают особую атмосферу близости и доверия.

ВАШ ОТВЕТ НА ЕГО ЛЮБОВЬ

Даже если каждую минуту вы будете повторять ему «Я люблю тебя!», он все равно не сможет этого полностью осознать, если вы не будете его целовать, обнимать, стараться прикоснуться к нему и с нежностью смотреть ему в глаза при каждом удобном случае. Он будет чувствовать себя нежно и горячо любимым, только если вы всегда будете в пределах досягаемости, а в ответ он будет любить вас еще больше.

Даже если вы очень на него обижены, не уворачивайтесь от объятий, по крайней мере, дайте ему себя обнять. Уже то, что вы не отвечаете, а просто стоите без движения, будет достаточным наказанием для него, покажет, насколько вы обижены и недовольны.

КЛЮЧ ОТ ЕГО СЕРДЦА

Итак, вы научились понимать знаки и ловить сигналы его любви, научились проявлять свою любовь так, чтобы это было близко и понятно ему. Настало время закрепить результат.

Мужчина только на первый взгляд кажется сильным и неспособным на проявление слабости. Вопреки расхожим убеждениям, мужчины — натуры чувствительные и ранимые, хотя сами в этом никогда не признаются.

Тем не менее, ему всегда приятны ласки, комплименты, похвалы или признания его достижений и достоинств. Правда, все это он может получить от любой женщины. Но, поверьте, именно в вас есть нечто, делающее вас особенной для него, и от этого страстно любимой. И тут главное — понять, где тот крошечный ключик, что отпирает его сердце для вас и оставляет закрытым для всех остальных женщин. Тот ключик, что делает вас для него ЕДИНСТВЕННОЙ.

Найти его нелегко, потому что им может оказаться какая-нибудь незначительная мелочь, но именно она позволяет ему почувствовать себя особенным, уникальным, а это сможете ему дать только вы. Теперь надо попробовать найти этот ключик. Чтобы было легче понять, в какой области искать, прочитайте откровения нескольких мужчин. Возможно, они натолкнут вас на правильный путь поиска собственного ключика. Ключика от счастья.

ВАЖНЫЕ МЕЛОЧИ

«Я был счастлив, впервые увидев, что моя девушка заснула в моих объятиях, когда мы вместе смотрели телевизор. В тот момент я понял, что она чувствовала себя абсолютно комфортно и в полной безопасности рядом со мной. Мы давно женаты, теперь она редко засыпает

под телевизор, а мне так не хватает этих минут полного доверия». **Борис, 32.**

«О божаю снимать рубашку, когда она рядом, потому что она никогда не забудет провести руками по моим бицепсам и сказать: «Сразу заметно, какой ты сильный!» **Олег, 24.**

«Меня умиляет, когда моя подруга превращает меня в мужчину мечты. Она всякий раз говорит мне об этом, когда замечает, что на меня обращают внимание другие девушки». **Андрей, 25.**

«Моя жена вынуждена соблюдать дресс-код и приходит с работы вся такая важно-официальная. А я обожаю, когда она надевает джинсы, клетчатую рубашку и кепку. Именно так она была одета, когда мы с ней познакомились». **Дмитрий, 43.**

«Если мы договорились о встрече в каком-нибудь общественном месте, она всегда подойдет ко мне сзади и скажет что-нибудь, как бы заигрывая: «Вы часто здесь бываете?» или «Мы с вами нигде не встречались?» У нее прекрасное чувство юмора, и мне это очень нравится». **Николай, 26.**

«Я помню свой 25-й день рождения, моя тогда еще девушка принесла мне торт со свечами на завтрак, потому что не хотела, чтобы я весь день томился в ожидании праздника. Я получаю свой именинный торт утром вот уже 10 лет, но каждый раз волнуясь, вдруг она забыла!» **Евгений, 35.**

«Жаши отношения начались с того, что она попросила меня достать что-то для нее с верхней полки. Мой рост — 169 сантиметров, и до этого никто не обращался ко мне с подобными просьбами. Вот думаю, не перевесить ли все полки в доме повыше?» **Валентин, 28.**

«Она всегда хочет быть рядом со мной. Я знаю это, потому что всякий раз, когда в ресторане нас сажают напротив друг друга за столик для четверых, она всегда пересаживается на мою сторону, чтобы быть ближе ко мне». **Павел, 29.**

«Я понял, что она мой человек, когда увидел, как она ведет себя с моей собакой. Она позволяет ей прыгать на нее и лизать ей нос и щеки. Сразу видно, что она добрая, веселая и не из тех чопорных красоток, что больше всего боятся испортить макияж или прическу». **Константин, 28.**

Согласитесь, все эти детали, способные привести мужчину в умиление, такие разные и такие... мелкие. В них нет ничего особенного, кроме естественного поведения, приятных воспоминаний или желания сделать мужчине приятное. Поэтому он и ценит их. Если вам удастся подобрать свой ключик, не потеряйте его и помните, что пользоваться им без дела, ежеминутно и ежесекундно нельзя. Он предназначен для особых минут сокровенной близости — пусть она заключается всего лишь в джинсах с кепкой или прогулке с собакой, надо правильно выбирать время.

Например...
...КОГДА ОН ОДИН. Большинство мужчин стесняются принимать знаки внимания и выражение симпатии в присутствии посторонних. Они считают, что это недостойно мужчины.

...ВЕЧЕРАМИ И В ВЫХОДНЫЕ ДНИ. Это у женщин личная жизнь и карьера могут тесно переплетаться. Мужчины предпочитают отделять одно от другого. На работе они полностью поглощены ею, и им трудно переключить свое внимание на чувства. Поэтому берегите мятые слова, ласковые прикосновения и поступки на вечер. Лучше — на субботний.

...КОГДА ВЫ ВДВОЕМ. А вот в те романтические моменты, когда вы одни, не скупитесь на ласку и восхищение. Именно тогда он более всего настроен на нужную волну, и уж в этот момент перестараться невозможно!



БЕРНАРДА ШОУ

ДЖЕНТЛЬМЕН
НА ПОЛОВИНУ

У него было очень трудное детство. Алкоголизм отца, торговца, успевшего к рождению Бернарда — третьего ребенка в семье — практически разориться. Полное равнодушие матери по отношению к детям. Жизнь в доме, который для семьи Шоу снимал любовник матери, мистер Ли. С Джем, так называли Бернарда в семье, никто не обращался жестоко, а благодаря мистеру Ли он даже получил неплохое музыкальное образование. Но его никто и не любил.

Маленький Джой Шоу учился плохо и в каждом классе был последним. А его поведение отличалось от учебы лишь в худшую сторону. Несчастный, озлобленный, трусливый и агрессивный, он — по собственному признанию — был совершенно невыносим. Отсюда, из детства, выросли во взрослую жизнь его непомерная язвительность и склонность высмеивать все и всех...

Он мечтал стать великим художником, потом не менее «великим писателем-романистом» и, наконец, «драматургом». Именно с последним ему, наконец-то, повезло. Уже первая его пьеса принесла ему определенную известность, Шоу было 29 лет.

Так случилось, что первое близкое знакомство с женщиной у него состоялось как раз в это время. «И с тех пор вплоть до моей женитьбы, — вспоминал Шоу, — всегда отыскивалась какая-нибудь добросердечная женщина...» Сюда Шоу мог бы лишь добавить, что, расставаясь со своими пассиями, вел себя не по-джентльменски: презрительно отзывался о них, высмеивал, всячески демонстрируя, сколь мало они для него значили — хотя имена их все-таки скрывал...

Женился он за год до своего сорокалетия, — по откровенному расчету. Супруга его, Шарлотта Пейн-Таунсенд, юным возрастом тоже не отличалась, всего лишь на год моложе Шоу, зато была весьма состоятельной особой. О любви здесь

не было и речи. Шоу считал свою подругу жизни некрасивой, лицо ее — похожим на булку, отношения к ней своего не скрывал и, с присущими ему «любезностью и нежностью», рекомендовал избегать фотографов. Все годы супружеской жизни они спали в разных спальнях. Но завтракали неизменно вместе...

АКТРИСА ПОНЕВОЛЕ

В первые восемнадцать лет жизни Стеллы Беатрис Роз Таннер все складывалось может и достаточно прозаично, но тем не менее удачно, и ничто не предвещало таких поворотов судьбы, каковые ей пришлось пережить впоследствии.

Родилась она 9 февраля 1865 года в Лондоне, в богатой и уважаемой семье владельца магазина восточных товаров. Девочка с малых лет поражала окружающих своей привлекательной внешностью, вся в мать — красавицу-итальянку.

Стелла получила прекрасное образование в Англии и Париже, окончила Гилдхоллскую школу музыки и театра, где преподаватели отмечали ее выдающиеся музыкальные способности.

В свои восемнадцать лет Стелла Таннер была романтически пылкой, одаренной и необыкновенно яркой личностью. И, конечно, она без памяти влюбилась в весьма предприимчивого, но очень бедного молодого человека, по имени Патрик Кэмпбелл. Влюбилась настолько, что вскоре забеременела.

...Она сбежала из дома, молодые обвенчались без родительского благословения. Жили практически в нищете, но жизнерадостная и энергичная Стелла не слишком страдала от бедности — ведь она любила! У нее родилась дочь Беатрис, потом сын Алан. А вскоре любимый Патрик бросил ее и детей и отправился искать счастья и богатства в Африке. Жене он не писал и материально никак не поддерживал.

А еще через некоторое время мир узнал — ну, если не весь мир, то театральная публика Ливерпуля точно! — о рождении новой актрисы, очень красивой и музы-

Известный английский драматург и романист Бернард Шоу прожил долгую жизнь. Но лишь однажды она была озарена встречей с настоящей любовью, ставшей для него музой на час. Стелла Кэмпбелл вдохновила Шоу на создание произведения, принесшего ему всемирную известность. Но любовные отношения их были, мягко говоря, странными и больше напоминали шоу, разыгрываемое на сцене. На сцене перед пустым зрительным залом...

кальной, и практически с самого начала артистической карьеры принимали ее очень хорошо.

Надо понимать, что к актерству миссис Кэмпбелл обратилась вовсе не в порыве вдохновения и не от жадности самореализации, а от отчаяния и нужды. Требовалось содержать детей и выживать самой.

Она быстро завоевала популярность, и как актриса доросла даже до Джульетты и Офелии, хотя трагическим шекспировским героиням предпочитала роли современниц, остроумных и соблазнительных — таких же, как она сама.

Но годы лишений и преодоления бесконечных трудностей здорово изменили рисунок характера Стеллы, стерев напроочь тонкие линии романтической паутинки, зато добавив густые, плотные штрихи ядовитой иронии. Не менее, чем актерскими достижениями, прославилась «миссис Пат» меткими, остроумными, часто очень едкими, замечаниями, которые тут же превращались в передаваемые из уст в уста афоризмы. Особенно доставалось от нее антрепренерам и партнерам по сцене. Работать с нею желающих было немного, а соперничать — упаси Бог! — никого. Кому хотелось оказаться объектом колкостей и насмешек, подобно, например, одной английской актрисе, о которой «мимходом» было замечено: «Она удивительно милая женщина. Узнай вы ее поближе, вы бы даже смогли восхищаться ее игрой!»

ВСТРЕТИЛИСЬ ДВА
ОДИНОЧЕСТВА...

К 1912 году Стелла Кэмпбелл выбилась в примы английской сцены, сумела провозвести невероятный фурор на гастролях в США, где сыграла в одном спектакле с великой Сарой Бернар.

К этому времени Бернард Шоу успел уже достаточно прославиться как драматург: постановки его пьес имели неизменный успех. Как театальный критик, Шоу внимательно следил за карьерой миссис Кэмпбелл, отмечая ее успехи хва-

лебными статьями. Восхищался он и красотой актрисы.

Возможно, благодаря этому ему однажды пришла в голову идея сочинить пьесу, где роль главной героини была бы написана именно «под миссис Кэмпбелл». Через четыре месяца пьеса, получившая название «Пигмалион», была готова. Шоу, с текстом пьесы и договором в кармане, отправился к миссис Кэмпбелл...

К тому моменту, когда Шоу заключил с нею договор о том, что именно она будет играть Элизу Дулитл, он уже потерял голову.

«Я мечтал и мечтал, и витал в облаках весь день и весь следующий день так, словно мне нет еще двадцати... Никогда, наверное, не происходило ничего столь смешотворного и столь чудного». Повесить в такое Шоу, которому должно было стукнуть 56, мог, наверное, с большим трудом. Но пришлось...

А что же миссис Кэмпбелл? «Он пришел, в один из чудесных теплых июньских вечеров, с улыбкой на лице и с договором в кармане. А когда он ушел, я почувствовала, что наша дружба крепнет слишком стремительно. Получив его следующее письмо, я уже в этом не сомневалась...»

ЛЮБОВЬ В ПИСЬМАХ И... НАЯВУ

Шоу писал ей по пять-шесть писем в день — не считая того, что они регулярно встречались, обсуждая концепцию роли Элизы Дулитл и не только. Но и в беседах, и в письмах их больше всего было не слов любви или каких-либо проявлений нежности — нет, они изобиловали шпильками, насмешками, язвительными замечаниями. Они потешались друг над другом и над своими чувствами. Шоу высмеивал пристрастие Стеллы к посещениям магазинов, Стелла — его вегетарианскую диету, которая, по ее словам, в сочетании со «слабой натурой», «не дозволяла ему любви». Он ядовито замечал ей: «Если бы Вы могли написать правильную книгу под заглавием «Почему так получилось, что меня, замечательную актрису, ни один антрепренер или драматург не приглашал по доброй воле на второй ангажемент», получился бы бестселлер». Она парировала: «Если бы я умела писать такие письма, как Вы, я бы завела переписку с самим Господом Богом». Он делал новый укол: «Кэмпбелл, Вы — женщина-вампир, я — Ваша жертва; между тем, я сосу Вашу кровь и жирую». Она отвечала ему в тон: «Вы знаете, почему Господь отказал женщинам в чувстве юмора? Чтобы мы могли любить вас, вместо того чтобы смеяться над вами...»

А вот Шоу меняет позицию: «Вы для меня больше не знаменитая актриса, а моя девочка; моя красавица, моя милая, босоногая, в пыльной юбочке, или моя богомать, или еще десяток милых, безумных названий... Так что если вам хоть сколько-нибудь интересно, продолжаю ли я любить Стеллу, то ответом будет да... да и миллион раз да! Ничего не могу поделать»

В другой раз он «приземлял» великое

чувство, словно дразня ее: «Любовь — это грубое преувеличение различия между одним человеком и всеми остальными». Она не оставалась в долгу, зная, чем можно подразнить его: «На брак нас толкает тоска по уюту широкой кровати после краешка шезлонга»...

Они смеялись друг над другом и... очень сильно друг в друге нуждались!

«ОТЛОЖИТЕ СВАДЬБУ, ДАЙТЕ ДОГРЕЗИТЬ...»

Стеллу, хотя она, кажется, ни на что не претендовала, тем не менее сильно возмущали периодические проявления со стороны Шоу «супружеской верности». Она не желала быть понимающей и терпеливой возлюбленной. Она хотела страстей и скандала. Он тоже пылал страстью, возможно, в первый и в последний раз в жизни. Но скандалов он не хотел...

Иногда, если он собирался уйти, чтобы попасть домой до завтрака и его отсутствие дома ночью не стало известно жене, Стелла шла на разные ухищрения — лишь бы задержать беглеца. Как вспоминал позднее Шоу, «дело доходило до настоящей потасовки. Только научившись выворачивать ей руки, я нашел на нее управу...» (Ему — 57, ей — 48! Хорошо, что «зрительный зал» — пустой...)

Не менее захватывающе проходили части шоу и на публике. «Она заходила безбоязненно далеко. На репетициях «Пигмалиона» она прямо-таки изошрялась, делая все назло мне, именно так, как я просил ее не делать... Стелла — это чудовище!» — вспоминал Шоу, но слово «чудовище» произносил с нескрываемым восхищением. И тут же добавлял, что полностью поседел ко дню премьеры «Пигмалиона».

...Их связь не имела будущего, они, каждый по-своему, понимали это. Стелла, овдовев еще в 1900 году, хотела замуж, и такая возможность у нее была: она обручилась с Джорджем Корнуоллис-Уэстом — человеком, влюбленным в нее и богатым, который мог дать Стелле положение в обществе и надежность. Дело шло к свадьбе.

Однако шоу продолжалось. Она получила письмо от Шоу, в котором тот, то ли шутя, то ли всерьез, предлагал отложить свадьбу на некоторое время: «...Хотя мне нравится Джордж (у нас с ним одинаковый вкус), я повторяю, что он молод, а я стар; так что пускай он подождет, пока я устану от вас... Я обещаю устать от вас как можно скорее, чтобы освободить вас... Я постараюсь исчерпать мои грезы как можно скорее; только дайте мне догрезить до конца...»

Стелла решила, что все зашло слишком далеко, и уехала из Лондона в провинцию. Шоу поехал за ней, а когда Стелла отказалась с ним встретиться, пришел в ярость. В его письмах зазвучал гнев: «Мерзкая, низкая, бессердечная, пустая, недобрая женщина! Лгунья; лживые губы, лживые глаза, лживые руки, обманщица, предательница, вкравшаяся в доверие и обманувшая его!...»

В конце концов Стелла не выдержала и ответила ему: «Вы и ваше сквернословие... Вы потеряли меня, потому что ни-

когда и не находили... И все же для вас я поддерживаю огонек светильника, боясь, что вы заблудитесь во мраке!...» Стелла сдалась. Они снова были вместе.

ШОУ ОКОНЧЕНО. ДА ЗДРАВСТВУЕТ ШОУ!

Премьера «Пигмалиона» была назначена на 16 октября 1913 года. Спектакль прошел с невероятным успехом, а пьеса стала самой популярной из всех, написанных драматургом.

Шоу как в воду глядел: после премьеры отношения между ним и миссис Кэмпбелл изменились. Он все реже ею восхищался в других спектаклях и все чаще критиковал — естественно, с присущим ему сарказмом: «Нужно отдать должное миссис Кэмпбелл: как ни плохо была пьеса, ее игра была еще хуже...» А ведь еще совсем недавно он писал: «Вы разбирали на составные части то, что создала Природа, и воссоздали все несравненно лучше. Чтобы сделать это, нужен настоящий талант».

Видимо, страсть в нем постепенно уступала место «доброму отношению». Стелла такого развития не хотела. Она предпочла расстаться друзьями и стала инициатором разрыва. А 6 апреля 1914 года Стелла вышла замуж за Джорджа Корнуоллис-Уэста.

...Судьба отвела Стелле Кэмпбелл еще четверть века жизни. Но то ли уже сказывался возраст, то ли ее несносный характер и жажда авантюры — только вряд ли эти годы Стеллы Кэмпбелл можно назвать счастливыми.

Брак ее продлился недолго. После развода она колесила по миру, пытаясь возродить свою былую славу, но... «Пигмалион» в ее собственной интерпретации провалился с треском. Другие роли были одна хуже другой.

Ее сбережения таяли. Окончила дни свои она 9 апреля 1940 года в маленьком городке По в Пиренеях, где жила с компаньонкой, такой же бедной англичанкой, сестрой милосердия...

Шоу посвятил памяти Стеллы Кэмпбелл статью, в которой драматургически точно нарисовал личность той, которую когда-то любил, и ненавязчиво подчеркнул, кто виноват, что у них не сложилось: «Она не была великой актрисой, но зато была великой чаровницей; каким образом удавалось ей производить на людей столь сильное впечатление, не знаю; но уж если она хотела покориť вас, то вы могли ждать этого совершенно спокойно; потому что она была неотразима... Она не умела обращаться с живыми людьми реального мира... Она очаровала и меня среди прочих; но я бы не смог прожить с ней недели; и я знал это; так что из этого ничего не вышло...»

Так закончилась пьеса их любви. И, как всегда в пьесах, последняя авторская ремарка: «Занавес!»

Подготовил Саша МИРТ по материалам:

А. Образцова. Стелла Патрик Кэмпбелл; И. Майский. Шоу и другие воспоминания; Э. Хьюз. Бернард Шоу; Е. Прокофьева. «Идеальное любовное приключение»; и Интернет-сайтов



ВОПРОСЫ ЮРИСТУ

О лицах, в отношении которых возможно взыскание алиментов на супруга (супругу)

О порядке определения места жительства детей при раздельном проживании родителей

Подскажите, пожалуйста, в каких случаях возможно взыскание алиментов на супруга (супругу).

Согласно статьям 89 и 90 Семейного кодекса РФ возможно взыскание алиментов в пользу следующих лиц:

— нетрудоспособного нуждающегося супруга (бывшего супруга)

— жены (бывшей жены) в период ее беременности и в течение трех лет с момента рождения общего ребенка

— нуждающегося супруга (бывшего супруга), осуществляющего уход за общим ребенком-инвалидом до достижения ребенком возраста восемнадцати лет или за общим ребенком-инвалидом с детства I группы

— нуждающегося супруга, достигшего пенсионного возраста не позднее чем через пять лет с момента расторжения брака, ес-

ли супруги состояли в браке длительное время.

Следует обратить внимание на то, что на лице, которое будет обращаться за взысканием алиментов, будет лежать обязанность по доказыванию того обстоятельства, что у второго супруга (бывшего супруга) имеются средства, достаточные для удовлетворения требования о взыскании алиментов, а также факта нуждаемости в получении алиментов (за исключением случаев взыскания алиментов на беременную жену или жену, воспитывающую общего ребенка до достижения им возраста 3 лет).

Алименты на супруга (бывшего супруга) взыскиваются судом в твердой денежной сумме, подлежащей уплате ежемесячно.

Моему внуку 16 лет. Дочь разведена. Внук живет со мной с шестилетнего возраста. Отец зарегистрировал его в своей

квартире только после того, как ему исполнилось 6 лет. После этого он бросил свою семью. Дочь недавно второй раз вышла замуж. У нее другая семья. Отец моего внука живет один в двухкомнатной квартире. Мать и бывший муж (отец) встречаются с ребенком один раз в неделю, доставляют ему еду и одежду. Категорически отказываются брать его для проживания. Мне 70 лет. Все эти годы помогаю ему в учебе, воспитываю его. В настоящее время я не справляюсь с ним. Меня он не слушает, грубит. Я — гипертоник. Мне с ним очень трудно. Когда я обращаюсь за помощью по воспитанию к отцу (он мне мстит за то, что я его не зарегистрировала у себя, то есть, теперь — у внука). Помощи от него моральной никакой. На меня кричит и твердит: «Он живет на площади дочери!» А дочь, бывает, и трубку не берет. Их отношение ко мне мальчик видит воочию.

Вопросы у меня такие: «У кого должен жить сын (мой внук), если родители разведены? Действительно ли мой внук должен жить со мной, то есть на площади матери? Моя квартира приватизирована в равных долях: на меня и дочь. Дочь зарегистрирована в моей квартире. У бывшего зятя нет никого, кроме сына. Он платит на сына алименты. Должен ли внук жить у отца?»

Пунктом 3 ст. 65 Семейного кодекса РФ установлено, что место жительства детей при раздельном проживании родителей определяется соглашением родителей.

В Вашем случае вопрос о месте жительства внука является спорным в том смысле, что, исходя из регистрации внука по месту жительства отца, соглаше-

нием родителей место жительства ребенка определено с отцом. Между тем, исходя из того, что плательщиком алиментов является отец, получается, что ребенок проживает с матерью. Ситуация усугубляется тем, что обоих родителей, судя по всему, существующее положение устраивает.

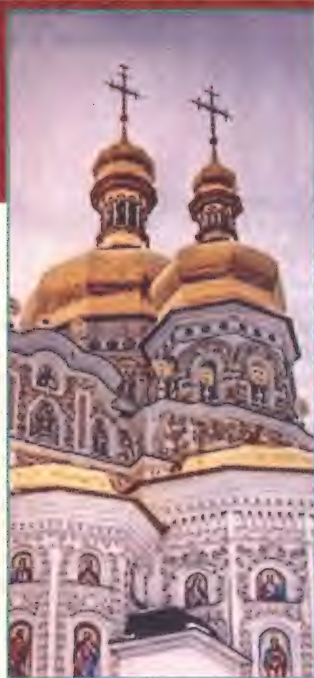
Когда мы говорим о каких-либо правах, мы подразумеваем, что то или иное право, в случае его нарушения, подлежит судебной защите.

Формально Вы как собственница половины квартиры можете обратиться в суд с иском о выселении внука на том основании, что он не имеет каких-либо жилищных прав на квартиру, в которой проживает. Но, очевидно, что найдется множество свидетелей, которые подтвердят, что мальчик много лет живет в Вашей квартире и был вселен туда как член Вашей семьи, пусть и без регистрации по месту жительства. Вероятнее всего, в удовлетворении этого иска будет отказано, поскольку внук пока еще является несовершеннолетним. Кроме того, высока вероятность того, что мать внука будет возражать против такого иска, утверждая, что сын является членом ее семьи и вправе проживать в принадлежащей ей квартире.

К сожалению, иного решения, чем вызывание к совести внука, а также его родителей, предложить Вам не получится.

Если Ваша квартира состоит из нескольких комнат, Вы можете в суде поставить вопрос об определении порядка пользования квартирой, установив на своей комнате замок. Но в любом случае это не избавит Вас от встреч с Вашим внуком в местах общего пользования.

На вопросы отвечали независимый советник по правовым вопросам, член международной ассоциации юристов Н.И. АЛИМКИН и адвокат О.Н. АЛИМКИНА



На вопросы о вере и православии, интересующие наших читателей, отвечает священник Алексей ЗАВГОРОДНИЙ

будут уже и усопшие. Я понимаю, когда заказывают в монастыре вечный помин. Монахи могут молиться за усопших до скончания века — с нашими умершими родственниками уже больше ничего не произойдет. Но сколько можно молиться за здравствующего ныне прихожанина? Он ведь не вечен! Может быть, в православии есть какие-то временные ограничения для таких молитв? Объясните, нам, пожалуйста.

Если вы обратили внимание, то слово «человек» состоит из двух самостоятельных слов: «чело» — то есть, лицо, и «век» — то есть, 100 лет. Это как раз и есть временные рамки жизни человека. Однако стоит обратить внимание, что пред лицом Бога нет ни живых, ни мертвых. Он всех видит одновременно. Поэтому главное, чтобы за вас молились, а Бог сам разберется, кто живой, а кто мертвый.

Мы знаем из истории, что большая часть населения России, особенно в глухой глубинке, многие века оставалась неграмотной и непросвещенной, но тем не менее — православной. Интересно, как же люди в те времена причащались, не имея возможности перед исповедью и причастием вычитывать полагающиеся каноны? Не могли же они все молитвы из молитвослова знать наизусть!

Просвещение в православии начиналось через неукоснительное хождение

людей в Божии храмы, в которых по окончании уставных богослужений для людей, которые собирались приступать к таинствам, читали необходимые последования. Именно поэтому человеку не было необходимости иметь дома какие-либо церковные книги, а в некоторых случаях даже уметь читать по церковно-славянски. Ведь в храмах всегда были люди грамотные, так как образование на Руси пошло от церковного просвещения, то есть, из храма.

Считается, что всякая тварь создана Богом и убивать никого, даже самых ничтожных животных — грех. А как же комары, тараканы, осы, гусеницы, саранча? Почему меня волнует этот вопрос? Мать моей приятельницы — монашка. Она никогда даже насекомых не трогает (как говорится, «мухи не обидит»), не говоря уже о мышах и крысах. Выходит, что она абсолютно безгрешна, а мы грешим на каждом шагу и даже не догадываемся об этом?

Сегодня христиане настолько удалились от Бога, что из сотен заповедей знают только одну: «Не убий». Да и эту единственную неправильно понимают. А о том, что блудить, делать аборт, воровать, завидовать, осуждать, обижаться, клеветать, матом ругаться и так далее — не знают. Вот вы, например, рассуждаете об убийстве не как христианин, а как буддист.

К примеру: ваша монашка вскипятила воду и миллиарда 2 микробов убила. А знаете,

какие они сложные и интересные создания? Между тем, многие святые убивали не только комаров, но и людей. Почитайте Библию или жития Святых, и вы увидите, что много людей, которые творили много отрицательного, в последующем стали Святými. Поэтому советую вам не все воспринимать в буквальном смысле.

Мне привезли из Израйля в подарок прозрачную коробочку, а в ней четыре пузырька: в одном — земля с Фавора, в другом — масло с Фавора, в третьем — вода с Фавора, а в четвертом — ладан с Фавора. Все это расположено на подложке с изображением распятия. Уже год я храню эту коробочку со святынями на видном месте: под стеклом в серванте. Но, может быть, ими надо пользоваться? А я как-то не решаюсь их открыть. Напишите, пожалуйста, что с ними можно и нужно делать. Вы, наверняка, знаете, о какой коробочке я пишу.

То, что вам привезли, в православии называется «святыня». Через святыни человек может ощутить божественную благодать Святаго Духа. Конечно, находиться она должна в святом углу рядом с иконами, но при этом каждый день можно открывать пузырек с маслом и мазать им лоб. Воду можно испивать, когда вы заболеваете, ладан можно воскурить дома для освящения жилища. Ну а землю можно высыпать на могилку усопших родственников, если таковые имеются.

Мой муж потерял свой золотой крестик, когда строил дома баню. Мы его долго искали, но не нашли. Купили новый, освятили. Через месяц подняли в бане полы и нашли утерянный крестик, но весь помятый и в растрове. У моего золотого крестика перетерлось ушко, и его тоже носить нельзя. Можно ли из двух крестиков путем переплавки сделать один и освятить? Могу ли я его потом носить?

Да, можно сделать новый и освятить. Но только крестик и ничто другое.

Недавно в нашей области начали строить мужской монастырь, и нам предлагают покупать именные кирпичи по символической стоимости. И в этом, как нам объяснили, будет заключаться не только помощь в строительстве. Наши имена будут ежедневно упоминаться в молитвах о здравии монахами этого монастыря до тех пор, пока монастырь существует. Мы с моими коллегами и знакомыми решили купить такие кирпичи, чтобы помочь монастырю. Но вот какой у нас возник в связи с этим вопрос. Сегодня мы живы. И завтра, даст Бог, будем жить. А что может с нами случиться через год или десятилетие — никто не знает. Допустим, что за всех нас, действительно, будут усердно молиться о здравии, а среди нас

Православный календарь на март

(новый и старый стиль)

- 7 марта / 22 февраля — Родительская суббота. Поминовение усопших
- 8 / 23 — Обретение мощей блж. Матроны Московской
- 9 / 24 — Первое и второе обретение главы св. Иоанна Предтечи
- 14 / 1 марта — Родительская суббота. Поминовение усопших.
- 15 / 2 — Иконы Божией Матери, именуемой «Державная»
- 21 / 8 — Родительская суббота. Поминовение усопших.

ЛАВ СТОРИ

ЗНАМЕНИТОСТЕЙ

В преддверии Дня Влюбленных будет интересно узнать, как начинались отношения звездных пар. Итак, истории любви. Начало...

БЕН АФФЛЕК И ДЖЕННИФЕР ГАРНЕР

Несмотря на все недостатки сериала под названием «Сорвиголова», в котором в 2003 году Бен Аффлек сыграл главную роль, в нем все же было одно неоспоримое преимущество. «Именно там я встретил свою будущую жену — признался актер в одном из своих интервью. — Вообще-то, мы познакомились с Дженнифер на съемках фильма «Перл Харбор», но полюбили друг друга именно во время съемок «Сорвиголовы». Мы начали встречаться и через год поженились».

вместе поужинать, и, к своему удивлению, вместо смешливого долговязого парнишки я увидела перед собой взрослого, ответственного и очень обаятельного мужчину, который мне был очень симпатичен. После этого ужина мы стали встречаться, и у нас завязался бурный роман, который спустя несколько месяцев перерос в счастливую супружескую жизнь», — делится историей своей любви актриса Джада Пинкетт Смит.

ДЭВИД И ВИКТОРИЯ БЕКХЭМ

Знаменитый футболист положил глаз на известную певицу задолго до того, как они познакомились лично. И хотя их встреча произошла на благотворительном матче «Манчестер Юнайтед» в 1997 году, Дэвид признался, что «заболел» Викторией за два года до этого, когда вышел один из клипов группы «Спайс Герлз», в которой Виктория солировала. Дэвид Бекхэм вспоминает: «Увидев ее, я решил: «Все! Эта девушка будет моей. И я во что бы то ни стало должен ее завоевать!» Она — воплощение моего идеала. Я знал, что если я ей понравлюсь, мы будем вместе навсегда».

ДЖЕННИФЕР ЭНИСТОН И ДЖАСТИН ТЕРУ

Впервые эта пара встретилась в 2007 году на съемках фильма «Гроза в тропиках». В нем было что-то мистическое. Глядя на него, можно было подумать что он — какая-то темная личность: серийный убийца или что-то вроде этого, — делится Энистон, — но в жизни он просто милейший человек. За это я его и люблю».

ЭНН ХЭТЭУЭЙ И ЭДАМ ШУЛЬМАН

Эту парочку познакомили общие друзья в конце 2008 года, через несколько месяцев после того, как Энн рассталась со своим бойфрендом Рафаэлло Фоллиери. Их роман закрутился стремительно, и вскоре Энн стала приглашать известного дизайнера ювелирных украшений сопровождать ее на светских мероприятиях. В ноябре 2011 года Шульман сделал

УИЛЛ СМИТТ И ДЖАДА ПИНКЕТТ СМИТ

«Я познакомились с ним на кинопробах, когда мне было всего девятнадцать. Потом мы с ним часто пересекались у общих друзей, были в одной компании, но я не обращала на него внимания, потому что считала его несерьезным. Через много лет мы как-то решили



актрисе предложение, и в сентябре 2012-го они поженились.

ДЖЕЙ-ЗИ И БЕЙОНСЕ

Одна из самых заметных пар музыкального Олимпа образовалась так. Они познакомились в то время, когда Бейонсе была членом группы «Дестиниз чайлд». «Мне было всего 18, когда мы познакомились, и 19, когда начали встречаться», — рассказывает она в одном из интервью. Однако их общие знакомые утверждают, что они начали встречаться аж в 2002 году, после того, как Бейонсе снялась в клипе «Бонни и Клайд». Парочка поженилась в 2008 году, а в январе 2012-го у них родилась дочь Блу Айви.

ЭНДРЮ ГАРФИЛД И ЭММА СТОУН

Как признается актер, он сразу заметил, что Эмма — необычная девушка. Это произошло в тот самый момент, когда он увидел ее на кинопробах к фильму «Новый человек-паук»: «Я почувствовал, что она какая-то другая, не такая, как все. В ней было что-то загадочное и непонятное. Это притягивало меня как магнит. Так началась наша история».

БЕНДЖИ МЭДДЕН И КЭМРОН ДИАЗ

Среди звезд тоже есть свахи. Эту необычную пару свела их общая знакомая — Николь Риччи. Отношения Мэддена и Диаз развивались стремительно: начав их примерно в мае 2014 года, они съехались уже летом. До отношений с Бенджи Мэдденом у Кэмерон Диаз было несколько серьезных романов. С 1995 по 1998 год актриса встречалась с актером Мэттом Диллоном, а после этого два раза чуть не вышла замуж: сначала — за Джареда Лето, с которым они были вместе с 1999 по 2003 годы, а потом — за Джастином Тимберлейком, романтические отношения с которым длились с 2003 по 2006 годы. Но оба романа не пришли к логическому финалу. И вот теперь, кажется, Кэмерон действительно готова последовать примеру своего коллеги Джорджа Клуни и расстаться со статусом «вечной невесты». Друзья актрисы утверж-

дают, что гитарист рок-группы «Гуд Шарлот» Бенджи Мэдден сделал возлюбленной предложение руки и сердца, а Кэмерон благосклонно его приняла, как и роскошное кольцо с бриллиантом, которое перестала скрывать от поклонников и папарацци. Говорят, они должны пожениться уже весной 2015 года.

ТОМ БРЭЙДИ И ЖИЗЕЛЬ БЮНДХЕН

Одного из лучших игроков НФЛ и супермодель свели на свидании «вслепую» их общие друзья в 2006 году. Как рассказал Брейди в одном из интервью, однажды приятель сказал ему: «Я знаю девушку — точную копию тебя, только в женском варианте». А вот что вспоминает Жизель: «Супруга этого приятеля сказала мне: «Я знаю парня, который является точной копией тебя, только в мужском варианте». Так друзья их и познакомили. И, похоже, очень удачно. Действительно, супруги похожи друг на друга, как брат и сестра, разделяют общие интересы и прекрасно дополняют друг друга. Подтверждением удачного выбора их друзей являются и замечательные детишки этой пары: дочь Вивьен и сын Бенджамин.

БРЭД ПИТТ И АНДЖЕЛИНА ДЖОЛИ

Ну разве можно обойти вниманием Брэда и Анджелину — культовую пару Голливуда? Они впервые познакомились на съемках фильма «Мистер и миссис Смит», в 2004 году. В то время Питт был еще женат на Дженнифер Энистон. «Я не знала подробностей его личной жизни, и они меня, честно говоря, не интересовали, — призналась Джоли в одном из интервью. — Я думаю, ни он, ни я в то время не искали новых отношений. По крайней мере, про себя я могу сказать это точно. Однако мы как-то очень быстро подружились, сблизились, а потом все просто закружилось. Несколько месяцев спустя мы уже представить не могли своей жизни друг без друга. Наверное, это и есть настоящая любовь. Нам было просто суждено быть вместе».

Подготовила
Марина ХРИСТЕНКО



Лену Ерохину никто и никогда не спрашивал о ее муже Сашке. Ну, а если бы и спросили, мол, какой он, этот Сашка, Лена наверняка пожалала бы плечами и ответила: «Муж и муж... Самый обыкновенный!»

Значительно больше повезло Зое Скворцовой — ее супруг был подающим надежды актером. Однажды Зоя пригласила подруг в театр. Зоя и Лена, а еще Оля Кузнецова и Нина Трофимова целых три часа смотрели на то, как по сцене, размахивая руками, метался раскрасневшийся молодой человек. Он что-то кричал о любви, а зрители то и дело прерывали его аплодисментами.

— Твой муж — гений, — сказала Зое после спектакля Оля Кузнецова.

— И еще какой! — подтвердила Нина Трофимова.

А вот муж Оли Кузнецовой был спортсменом. Однажды Оля пригласила подруг во Дворец спорта. Зоя и Лена, Оля и Нина целый час смотрели боксерский поединок. На этот раз молодые женщины стали свидетелями того, как по рингу бегают (кстати, тоже размахивая руками) два здоровенных парня. Правда, муж Оли ничего не кричал, потому что перед поединком тренер сунул ему в рот резиновую капю. Но ему тоже аплодировали.

— Твой муж тоже талантливый!.. — сказала после боя Оле Зоя.

— И даже очень! — подтвердила Нина.

Муж Нины Трофимовой был банкиром. Точнее говоря, его так называла сама Нина, потому что ее муж работал в банке и занимал там большой пост. Нина несколько раз пыталась показать мужа подругам — ведь он тоже был выдающимся человеком! — но из этого ничего не получалось. Однажды, когда Нина попросила подруг посидеть в ее машине возле банка, то есть, попросту говоря, женщины подкарауливали мужа, он вышел на улицу в сопровождении шикарной блондинки. Блондинка висла на руке выдающегося финансиста и вызывающе смеялась. Нина покраснела и попросила подруг уйти. Судя по ее лицу, она собиралась поговорить с мужем один на один, и этот разговор не обещал мужу ничего хорошего...

После обеда шеф Михаил Егорович вызвал в свой кабинет Лену, Зою, Олю и Нину.

— Уважаемые и милые дамы! — обратился он к молодым женщинам. — Склады нашей фирмы, как вы знаете, затоварены, и я пришел к выводу, что нужно организовать «Чрезвычайный отдел внезапных и крупных продаж». Мне нужен

человек, который возглавит этот отдел...

Наступила длинная пауза. Зоя вдруг подумала о том, что «чрезвычайный отдел» наверняка потребует артистизма в работе, и вспомнила о своем муже-актере. Оля тоже подумала о муже, потому что руководителю нового отдела, решила она, нужно будет проявлять бойцовские, а может быть даже боксерские, качества. Что касается Нины, то она быстро сообразила, что у начальника «чрезвычайного отдела» наверняка будет чрезвычайно высокая зарплата. И только Лена вдруг подумала о том, что теперь ей придется задерживаться на работе, а ужин

огромным гипнотическим воздействием. Наши покупатели должны превратиться в послушных кроликов.

— А кто из нас самая счастливая женщина, Михаил Егорович? — осторожно спросила Зоя.

— Вот, послушайте еще, — Михаил Егорович взял со стола газету и зачитал вслух: — «Вчера в штате Колорадо завершился чемпионат мира по признаниям в любви. Первое место присуждено Клэр Кристи, сумевшей сказать своему супругу тридцать шесть ласковых слов в течение одной минуты, а кроме того, столько же раз поцеловать его в щеку. Рекорд тридцать шесть поцелуев-слов так и остался не-

шают репетировать перед ужином, и Зоя стояла в коридоре, перед дверью.

— Какая же это пытка: любить тебя! — громко сказал Игорь.

Творческие муки мужа несомненно усиливали легкое чувство голода и запаха, исходящий из кастрюли.

«Нужно подкрасться к Игорю сзади и обнять за шею, — решила Зоя. — А объясню я все потом!..» Она тихо приоткрыла дверь.

Игорь взмахнул половником и голосом рокового любовника рывкнул:

— Ты моя!!! Моя!

Кастрюля свалилась с плиты. Зоя стояла в лужицу борща... Женщина уже протягивала руки к мужу, но вдруг увидела потолок. Потолок почему-то быстро удалялся, а потом сильно вспыхнула лампочка и все куда-то пропало...



для мужа придется готовить утроем...

— Не удивляйтесь, пожалуйста, но сейчас я прочту вам небольшую выдержку из старого французского романа, — продолжил Михаил Егорович. Он порылся у себя на столе и взял в руки книгу. — «...В комнату вошла графиня де Лакруа с прекрасным и пылающим от счастья лицом. «Все решено, — громко сказала она. — Я люблю этого человека!» Все гости как замороженные смотрели на графиню. Барон Баумбах уронил бокал с шампанским... Графу Лонженно вдруг захотелось стать на колени. Виконт Пупуси поблел и спросил: «Кто же этот счастливчик, графиня?!» Графиня подняла руки и, словно обращаясь к Богу, громко воскликнула: «Это мой муж!..»

Михаил Егорович выдержал очередную многозначительную паузу.

— Надеюсь, вы меня поняли, — сказал он. — Счастливая женщина счастлива во всем. Она не только вызывает всеобщее восхищение, но еще обладает

превзойденным...

Михаил Егорович посмотрел на женщин.

— Завтра каждая из вас доложит мне свой личный результат, — строго сказал он. — Фирма на грани краха. Нам срочно нужны загипнотизированные покупатели-кролики...

— ...Роняющие бокалы с шампанским! — улыбнулась Оля. — Ну, как после нокаута.

— А теперь вы можете идти домой, — закончил совещание Михаил Егорович. — Кстати, запомните, что ласковые слова повторять нельзя. Учитесь импровизировать!..

Муж Зои Игорь репетировал очередную роль на кухне. Творческое одиночество артиста скрашивала кастрюля с борщом. Слова Игоря, обращенные к несуществующей партнерше, кастрюля могла смело принять на свой счет, потому что Игорь стоял у плиты и заботливо (а еще и нетерпеливо!) помешивал половником борщ.

Муж не любил, когда ему ме-

Муж Оли Сеня всегда боксировал с «грушей» перед сном.

— Всего три раунда, а иначе я просто не усну, — пояснял он своей жене.

— А сегодня переберешься без своих джеббов и хуков! — заявила Оля. — Сядь, пожалуйста!..

Сеня сел, почесал нос рукой в боксерской перчатке и с тоской посмотрел на боксерскую «грушу» в углу большой комнаты.

«С чего начать-то?..» — подумала Оля.

Молодая женщина задумчиво смотрела на мужа. Она вдруг не без удивления поняла, что ласковые слова, которые приходят ей на ум, так или иначе связаны с боксом. Конечно, были еще примитивные «солнышко» и «лапочка», но они плохо вязались с внешним обликом мужа. Во-первых, Сеня весил больше ста кило, а его рост был выше метра девяносто.

«Ладно, я начну как-нибудь, а там видно будет...» — решила Оля.

Она подошла к мужу. Погладив его по голове и поцеловав в щеку, она ласково шепнула:

— Апперкотик ты мой!..

Услышав знакомое слово, Сеня автоматически нанес быстрый удар. Удар был очень слабым, из тех, которыми боксеры обмениваются перед началом схватки в качестве разведки, но Оля, как и Зоя, вдруг тоже увидела потолок. А на прощание ей тоже подмигнула лампочка...

«Лампочка — «лапочка»... — успела подумать Оля. — Нет, не рифмуются!..»

Нина так и не дождалась своего мужа. Сережа обещал прийти в восемь, потом позвонил и сказал, что задержится до девяти, но не пришел ни в десять, ни в одиннадцать...

Нина потушила свечи и убра-

Погоны! Есть погоны!

Считается, что притягиваются друг к другу разнозаряженные, то есть различные – судьбами, характерами, привычками. Но бывает, что обстоятельства объединяют довольно схожих людей, и они становятся одной судьбы рядовыми.

Так, известный сериал «Диверсант» объединил двух начинающих молодых талантливых артистов и наградил их армейской судьбой: и в кино, и в театре. Даже линии их жизни стали повторять друг друга. Кто они? Кирилл Плетнев — сержант Бобриков и Алексей Бардуков — сержант Филатов.



НЕ МАЖОРЫ

Детство каждого не было безоблачным. Алексей Бардуков рос в многодетной рабочей московской семье: все в одной комнате коммунальной квартиры. Мама — укладчица на заводе, отец — слесарь-монтажник, много работали, и трое детей, обделенных чрезмерной родительской опекой, росли самостоятельными, с детства знающими цену всему необходимому.

Школьное увлечение Алексея — спорт: фехтование, восточные единоборства, плавание, футбол. Никаких театральных кружков и кино мечтаний. Вообще конкретных мыслей о профессии до 11-го класса не было. И вдруг — случайно услышанный

Алексей БАРДУКОВ



разговор одноклассниц про платные курсы при Школе-студии МХАТ. Алексей записался, убедил родителей выделить из скромного семейного бюджета деньги на обучение и, начав заниматься, понял, что именно актерство и есть его призвание и будущая профессия. После школы поступал и поступил одновременно в РАТИ, «Щуку» и Школу-студию МХАТ. Последнюю и выбрал, потому что курс там набирал Константин Райкин.

Кирилл Плетнев родился в Харькове, но с раннего детства жил в Питере. Мама — преподаватель балльных танцев, папа — изобретатель, занялся в 90-е бизнесом и покинул семью, когда Кириллу было 13 лет. Больше отца он не видел, но зла на него не держит и до сих пор мечтает о встрече с ним.

Конечно, Кирилл занимался под маминым руководством балльными танцами по программе с удвоенным количеством часов, но и подраться во дворе успевал, насмотревшись в видеосалонах фильмов с Брюсом Ли, и даже посещал секцию тэквондо. Спорт любил: занимался скалолазанием и плаванием. Но успевал и за девчонками побегать. Красавчик Кирилл еще в школе прослыл ловеласом. И кто смог бы устоять перед обладателем нескольких чемпионских титулов в балльных танцах и воспитанником школы футбольного клуба «Зенит». В то же время он много читал, писал стихи, мечтал стать режиссером. Последние два года учился в другой школе — с театральным уклоном. Но шестнадцатилетнего подростка на режиссерский курс не приняли, и тогда он поступил на актерский в Санкт-Петербургскую театральную академию. На третьем курсе понял, что эта профессия — для него. Артистичный, пластичный, харизматичный — одним словом, артист! Помните его эпизодическую, но яркую роль Василькова в «Каникулах строгого режима»?

«Я — артист!»

АРМИЯ FOREVER!

Для девятнадцатилетнего Алексея Бардукова фильм «Диверсант» был кинодебютом. Будучи еще студентом, в 2003 году, сам пришел на пробы и успешно их прошел, получив роль сержанта-разведчика Лёни Филатова. Там же познакомился с двадцатичетырехлетним Кириллом Плетневым, тоже успешно прошедшим пробы на роль сержанта Лёши Бобрикова. Для обоих участие в сериале стало армейской школой, ведь срочной службы они не прошли. Но после «Диверсанта» погоны словно приклеились к их актерским плечам. Полюбившимся зрителям бравым разведчикам стали одну за другой предлагать роли военных. Правда, Плетнев до сержанта Бобрикова сыграл, будучи еще студентом, корнета Елагина в театре и сержанта Нелипу в телесериале «Солдаты». Проходная, по мнению Кирилла, роль в «Солдатах» сделала его вдруг популярным актером. Радости это Плетневу не доставило, ведь он настроен на серьезную работу и на заслуженный успех. Но от ролей, для которых надевают гимнастерку, не отказывается. Говорит, что лучше сниматься в фильмах про войну, чем в сериалах типа «Не родись красивой».

Бардуков тоже изрядно попотел в гимнастерках в череде картин о войне. Но, к счастью, оба смогли вырваться из круга актеров одного амплуа. И встретились снова вместе, через 8 лет, на съемках фильма-катастрофы «Метро», где оба замечательно сыграли интересные роли.

АКТЕРСКАЯ «ДЕДОВЩИНА»

А ведь всего изложенного выше могло и не случиться. Диверсанты наши могли быть «ликвидированы» на подходе к выполнению задания. Каждый из них постоял на краю.

Студент Бардуков, идя на кинопробы, знал, что руководитель курса Константин Райкин категорически против съемок во время учебного процесса. Тем не менее, выждав, когда мэтр уехал в командировку, взял в учебной части направление и, как известно, роль в сериале получил. Узнав об этом по приезду, Райкин, со свойственной ему принципиальностью — закон для всех один, и прозорливостью — так все начнут, не доучившись, бегать по сериалам, объявив студенту Бардукову об увольнении из Школы студии. И только массовое заступничество однокурсников помогло Алексею продолжить учебу. А уже на съемках «Диверсанта», на репетиции в тире, пуля срикошетила от стены прямо Алексею в лоб. Но этим Бардуков не отделался — на съемках в лесу нож, пущенный рукой Владислава Галкина, рассек все тот же лоб настырного студента. Но шрамы, как известно, украшают, особенно военных.

Педагоги студента Плетнева тоже жестко пропагандировали любовь к процессу актерской работы. Так, второй педагог курса Лев Стукалов (ученик Товстоногова) за четыре года обучения практически не дал студентам ни одного выходного. Репетировали всегда. А когда кто-то из студентов заикнулся, что хорошо бы найти время хоть белье постирать, получил резкий ответ: «Завтра все работают, а один отдыхает, стирает трусы». Больше про выходные никто не вспоминал, и домой Кирилл приходил только спать.

«...А ПОСЛЕ «ДЕДОВЩИНЫ» — ДЕМБЕЛЬ И ЛЮБОВЬ!»

И все-таки они разведутся... В один год, в 2011-м, оба стали отцами. Плетнев — сына Федора, Бардуков — Ивана. И в один год, в 2014-м, оба развелись с женами. Плетнев, прожив 2 года в браке, оставил свою молодую жену актрису Лидию Милуэину и двоих сыновей (в 2012-м у него родился второй сын, Георгий). Бардуков в браке с актрисой Анной Старшенбаум прожил 5 лет.

Плетневу до свадьбы приписывали множество «служебных» романов с партнершами по фильмам. По слухам, он делал предложения Алисе Гребеншиковой и Татьяне Арнтгольц, но те к замужеству готовы не были. Встретив на съемках фильма с пророческим для неприкаженного сердца Кирилла названием «Ищу тебя» красавицу-актрису Малого театра Лиду Милуэину, он феерически влюбился и женился. Лидия младше Кирилла на 7 лет, и он был первой ее большой любовью. За два года брака она родила ему двоих сыновей. Спокойная, надежная опора детям, не любящая ссор, она философски отвечает на назойливые вопросы журналистов о причине развода: «Видимо, Кирилл еще не нагулялся, и семейная жизнь оказалась ему не вполне по силам».

У Бардукова история зеркальная. Сам он

считает (или уже считал), что любовь и жена должны быть одни на всю жизнь. Влюбившись с первого взгляда в юную, на 5 лет младше него, Анну, актрису театра «Центр драматургии и режиссуры Казанцева и Рощина», через полгода знакомства повел ее под венец, взяв несколько дней отпуска во время съемок в фильме «Лето волков» (а что прочило это название?).

Его не смутило, что у невесты не так уж и давно был бурный, вплоть до мыслей о суициде, роман с актером Владимиром Яглычем. Что из-за этой связи якобы распался брак Яглыча и Светланы Ходченковой. Не смутило и то, что Анна снимается топлесс для мужского журнала «Maxim». Все пять лет брака Алексей и Анна прожили счастливо, а разошлись — без ссор. Они живут раздельно, но общаются и проводят свободное время вместе с ребенком. «Конкретной причины для развода не было, — говорит Анна, — Леша очень порядочный и честный человек. Просто за пять лет мы изменились: каждый в свою сторону». Сразу после развода поползли слухи, что, встретившись в сериале «Семейный бизнес», Старшенбаум и Яглыч снова закрутили роман.

Рождение детей остепенило любвеобильного Плетнева: «Я не делаю того, что было бы неприятно моей жене», осчастливило приверженца семейных ценностей Бардукова: «Мне кажется, я был рожден для роли отца!», но в обоих случаях не предотвратило разводов.

ВРЕМЕННО ДОСТУПНЫ. ДЛЯ «ВАЛЕНТИНОК»

Талантливый, знаменитый и свободный два замечательных актера: Алексей Бардуков, утверждающий, что другой дамы сердца у него нет, и Кирилл Плетнев, о котором поговаривают, что он кем-то увлечен. Хотя в последнее время Плетнев всерьез занялся режиссурой. Он учится во ВГИКе заочно на режиссерском факультете и снимает короткометражные фильмы. Его режиссерская работа «6:23» была отмечена особым призом на фестивале студенческого кино «Святая Анна». Кстати, Плетнев и сценарий написал к своей картине сам. На сегодняш-

ний день он еще и член Экспертного совета Всероссийского открытого конкурса сценариев и кинопроб «Кинопризыв». Снова армейская тема, снова заблестели звездочки на плечах. Подтверждением тому премия «Чайка», полученная за роль в моноспектакле «Я — пулеметчик».

Алексей Бардуков по-прежнему служит в любимом театре «Сатирикон», в который был принят после окончания актерского курса. Его называют «русский Брэд Питт», не только за загадочную детскость во внешности и при этом мужское обаяние, но и за разносторонность актерского таланта.

В конце прошлого года на мировой экран вышел фильм «Ярость» — военная драма о последних днях Второй мировой войны, в которой Брэд Питт играет сержанта — командира танкового экипажа американской армии. А в нынешнем году семидесятилетия Великой Победы на телеэкран выйдет сериал «Палач» с Алексеем Бардуковым в одной из главных ролей. Время и место действия — Великая Отечественная война.

Снова все в строю.

Подготовила Мария ПЕТРОВА





Мои дети увидели на птичьем рынке песчанок. Они такие забавные! Нам песчанки очень понравились, а когда нам сказали, что они легко приручаются, мы решили, что, возможно, заведем себе такую зверушку. Вот только хотелось бы узнать, насколько трудно их содержать.



ХОЧУ ДОМАШНЕГО ПИТОМЦА

Я очень люблю животных, но когда в детстве я завела котенка, выяснилось, что у меня аллергия на кошачью шерсть. Пришлось отвезти кота к бабушке в деревню. Но я все равно хочу иметь кошку или собаку. Может, вы посоветуете, какую породу выбрать, чтобы не было шерсти. В крайнем случае я согласна на птичку или рыбок — лишь бы в доме был какой-то питомец.

Сожалею, но Вам лучше обойтись без домашней живности. Аллергия никогда не проходит совсем, даже если Вы общались с чужими кошками и собаками и обошлось без последствий, это вовсе не значит, что так будет, когда животное поселится в доме. Тем более, что это Вы решили, будто у Вас была аллергия на кошачью шерсть, на самом деле у кошек аллергены содержатся и в слюне, и в секретах сальных желез, и в экскрементах. Входящие в их состав специфические белки нетоксичны и неопасны для человека. Но только в том случае, если он не склонен к аллергии. А если склонен, то человеческий организм воспринимает эти белки, как опасность, и бурно на них реагирует. По этой причине голые бесшерстные кошки и собаки вряд ли будут выходом из ситуации.

Порой аллергию вызывает не само животное, а его корм, шампунь, капли от блох и клещей.

Кто знает, не будет ли у Вас реакции на них?

Что касается других животных: птиц, кроликов, черепах, рыбок, хомячков и морских свинок, то они тоже не могут считаться гипоаллергенными.

У грызунов обычно безвредная для аллергиков шерсть, но зато много аллергенов содержится в моче, поэтому приступ может случиться, когда Вы будете убирать их туалет или менять подстилку в клетке. Рыбки и рептилии не имеют шерсти, но слизь на коже рептилий содержит бактерию сальмонеллу, которая может вызвать опасное заболевание сальмонеллез. А корм для рыбок, черепах и других обитателей застекленного мира очень аллергенный.

Согласно статистике, 44% населения страдает аллергией на домашних животных. Среди всех видов аллергии этот занимает 30%. И однозначная рекомендация докторов для страдающих аллергией, особенно для тех, у кого уже были ее проявления, связанные с животными — не просто не заводить домашних питомцев, а вообще поменьше иметь с ними дело.

Подготовила Катерина ЧАПЛЫГИНА

Песчанки, действительно замечательные животные. Но Вы сразу должны быть готовы к тому, что завести придется, как минимум, пару. В одиночестве эти стадные животные скучают и плохо едят. А вообще, песчанки совершенно неприхотливы в уходе. Это — жители пустынь и полупустынь, поэтому они привыкли довольствоваться малым. Они даже гадят мало и редко, поэтому их жилище можно убирать один раз в две-три недели. К тому же, песчанки очень чистоплотны, легко приручаются, незлобивы, неагрессивны и не требуют много пространства.

ЖИЛИЩЕ

Песчанки могут довольствоваться и обычной металлической клеткой размером 40x50 см, главное, чтобы у нее не было решетчатого дна. Песчанки часто травмируют лапки, попавшие между прутьями. Еще лучше содержать песчанок в емкости со стеклянными стенками, насыпав в нее слой торфа, опилок, веток или сена толщиной сантиметров в 20. Тогда вы сможете наблюдать за тем, как они будут рыть ходы, за их скрытой от посторонних глаз жизнью.

Для того чтобы животные могли построить себе гнездо, положите им в клетку рваный картон без надписей или картонные коробки для яиц. Не лишним будет и колесо — эти зверьки очень активны и любят двигаться. Но покупайте не решетчатое, а сплошное колесо.

ПОВЕДЕНИЕ

Возможно, в первое время песчанки и будут стесняться, но потом быстро привыкнут, и Вы будете иметь возможность постоянно общаться с ними. В отличие от хомячков и бурундуков, песчанки не имеют склонности прятаться и выискивать темные уголки, они большую часть времени находятся в поле зрения людей, легко идут на контакт: приходят на зов, берут из рук еду.

Как и в природе, в неволе зверьки склонны делать запасы кормов, лю-

бят стаскивать сено и траву в кучки. Если Вы будете давать им влажный корм, следите, чтобы они его не запасали, и регулярно проверяйте их кладовые, а то запасы начнут гнить.

КОРМЛЕНИЕ

Как все грызуны, песчанки любят злаки, особенно пророщенные и замоченные. С удовольствием едят бобовые, сено, зеленую траву, подсолнечник, свеклу, морковь, яблоки, ягоды. Как лекарство используют тыквенные семечки, но их можно давать понемногу и не чаще одного раза в неделю — они для песчанок слишком жирные. При покупке выясните, чем их кормили до Вас, и первое время кормите так же, постепенно, раз в десять дней, вводите новый корм. Желательно давать животным минеральную подкормку: мел, яичную скорлупу, глицерофосфат и обязательно ветки фруктовых деревьев, тополя или березы, чтобы они могли грызть их и стачивать зубы.

ХОЗЯЕВАМ НА ЗАМЕТКУ

● Песчанки быстрее привыкнут к Вам и приручатся, если Вы будете давать им с руки лакомства: семечки и изюм.

● Если надо поймать песчанку, ловите за хвост, приподнимайте и подставляйте в качестве опоры вторую руку. Когда будете играть с песчанками, садитесь на пол, эти юркие зверьки могут вырваться, а падать с высоты им нежелательно.

● Не забывайте, что они называются песчанками не просто по чьей-то прихоти. Эти зверьки любят песочные ванны. Обязательно поставьте в жилище емкость с песком.



СКАНВОРД

Составил Валерий РУЧИЙ

№ 2

Напиток из кобыльего молока	к	у	м	н	с	Его сервируют	Душистый садовый цветок	р	л	о	к	е	Полосатая лошадка	
Бытовые удобства	о		а	Полосатый хищник	т	и	г	р	Модник, щеголь	Туловище человека	о	Место сгиба ноги	з	
Прямая приправа к сыру, печеню	т	м	ч	н	Драгоценный камень	о	Бурные аплодисменты	Мастерская по пошиву одежды	а	т	е	л	б	
Мука из зерен овса	ф		т	о	л	о	к	н	о	«Живет моя ... в высоком терему»	е	Настенный светильник	д	
Высшая степень таланта	п	о	т	о	п	в	Кресло монарха	т	р	о	н	Лучшая балерина театра	р	
Сильное наводнение	р		а	т	а	т	Нижняя часть ноги	с	т	о	п	а		
Легкая блузка на бретельках	с	т	р	е	л	е	ц	Вид здания спереди	р	Сорт яблок	р	Крыша на столбах	р	
Промысловая рыба	Знак зодиака	Длинная канава	Прислужник в гареме	в	Актриса ... Усатова	н	и	н	а	Фруктовая роща	а	н	и	с
Большой круглый хлеб	р	а	н	ц	и	я	с	Пара кавалеру в танце	г	а	м	а		
Страна, родина Эдит Пиаф	о	Горное селение	у	Магазин лекарств	й	Продольные нити ткани	к	а	р	а	в	а	й	
Стержень для толчения в ступе	с	в	а	х	а	о	Элемент в парном катании	г	Дипломат из другой страны	Часть пьесы	е	Костюм гимнаста	р	
Шейное украшение	Знакомит будущих супругов	у	Пушной зверь	п	е	с	т	Тестообразная масса	п	а	с	т	а	
Передняя часть обуви	а	л	е	т	н	о	с	о	к	По усам текло, а в ... не попало	р	Молдавский танец		
Быстрая птичка	у	Танцевальный спектакль	Рыболовная сеть	н	е	л	о	г	с	т	р	ч	ж	
Видит ... да зуб неймет	с	о	с	о	к	Оно защищает глаз	в	е	к	о	о	к	о	
Открытый прилавок	н	Бугорок на груди	Повесть Гоголя «... Бульба»	т	а	р	а	с	л	о	т	о	к	

Ответы на сканворд № 1 по горизонтали: праздник, моль, пирог, трико, Тамара, нота, болеро, слон, матка, зоология, грот, интим, роса, калым, плато, богиня, коса, лавр, салака, неглиже, контора, пола, шанс, медик, икра, гид, такт.

По вертикали: шпилька, психолог, орда, венок, Отелло, загар, отрок, ноша, мозг, опера, ниша, Иисус, Ганг, румяна, си, кета, сиг, трикотаж, Минск, маг, лепет, шоколад, липа, ода, лото, сын, кулик, анис, мята, акт.



Дамы, посмеемся!

☺ ☺ ☺

— Папа, а что тебе сегодня снилось?

— Эх, сынок, тебе до этого еще спать да спать!..

☺ ☺ ☺

В магазине мужчина обращается к проходящей мимо женщине:

— Простите, вы не подскажете, в какой отдел вы бы пошли, если бы у вас было две тысячи рублей?

— В косметический.

— Спасибо большое. А то я жену потерял...

☺ ☺ ☺

Жених с невестой обсуждают будущую совместную жизнь.

— Обещай мне, милый, что ты откажешься от покера.

— Да, любимая.

— И от курения.

— Да, моя киска.

— И от пива.

— Это всё?

— А от чего еще ты думаешь отказаться?

— От женитьбы!

☺ ☺ ☺

Двое спешат на электричку.

— Сколько до отхода осталось?

— Десять минут.

— А по моим часам — пять!

— Значит, ты не успеешь!..

☺ ☺ ☺

Жили у отца три сына. А свои квартиры сдавали...

Раннее утро, молодая пара. Жена обнаруживает мужа на кухне.

— Дорогая, разлей, пожалуйста, апельсиновый сок и поджарь тосты, завтрак почти готов.

— Здорово, а что у нас на завтрак?

— Апельсиновый сок и тосты.

☺ ☺ ☺

Если хорошенько вдуматься, то два главных символа России, матрёшка и бутылка водки, по сути своей одно и то же. Открываешь одну, а дальше — вторая, третья, четвертая...

☺ ☺ ☺

— Милая, чем это от тебя так замечательно пахнет?

— Духами, которые ты мне вчера подарил!

— Я тебе не дарил духи!

— Дарил-дарил! Загляни в свой кошелек!

☺ ☺ ☺

Жена — мужу:

— Почему носки по всей квартире раскиданы?

Муж:

— Это новая рекламная акция: «Собери десять пар и получи деньги на новую тушь!»

☺ ☺ ☺

— У тебя есть парень?

— Да, конечно — сильный, умный и красивый!

— А как зовут?

— Дима, Саша и Коля...

Веками лучшие кулинары России и Европы придумывали всё новые и новые рецепты роскошного лакомства под названием «торт» — и держали их в строжайшем секрете.

А мы их собрали под одну обложку и... делимся с вами! По секрету...



Очередные спецвыпуски издательства «Веста-М» появились в продаже. Спрашивайте в киосках вашего города. Тираж ограничен.

Постная кухня обилием и разнообразием кулинарных рецептов ничуть не беднее кухни скоромной. Сомневаетесь? Загляните в наш новый спецвыпуск, прочтите рецепты холодных и горячих закусок, основных блюд и десертов, выпечки и салатов — и ваши сомнения, без сомнения, рассеются!



ЧИТАЙТЕ
В ФЕВРАЛЬСКОМ
НОМЕРЕ:

- ◆ Проблемный желудок
- ◆ Соляная лампа
- ◆ «Волшебные» таблетки
- ◆ Ох, уж эти суставы!
- ◆ Чем накормить аллергика
- ◆ И многое другое...



В продаже
с 31
января

ПОДПИСНЫЕ
ИНДЕКСЫ:

В каталоге
«Пресса России»
газеты и журналы.
Первое полугодие
2015



В каталоге
«Почта
России».
Первое полугодие
2015

15510

04170

60673

В каталоге
«Почта России».
Годовая подписка 2015